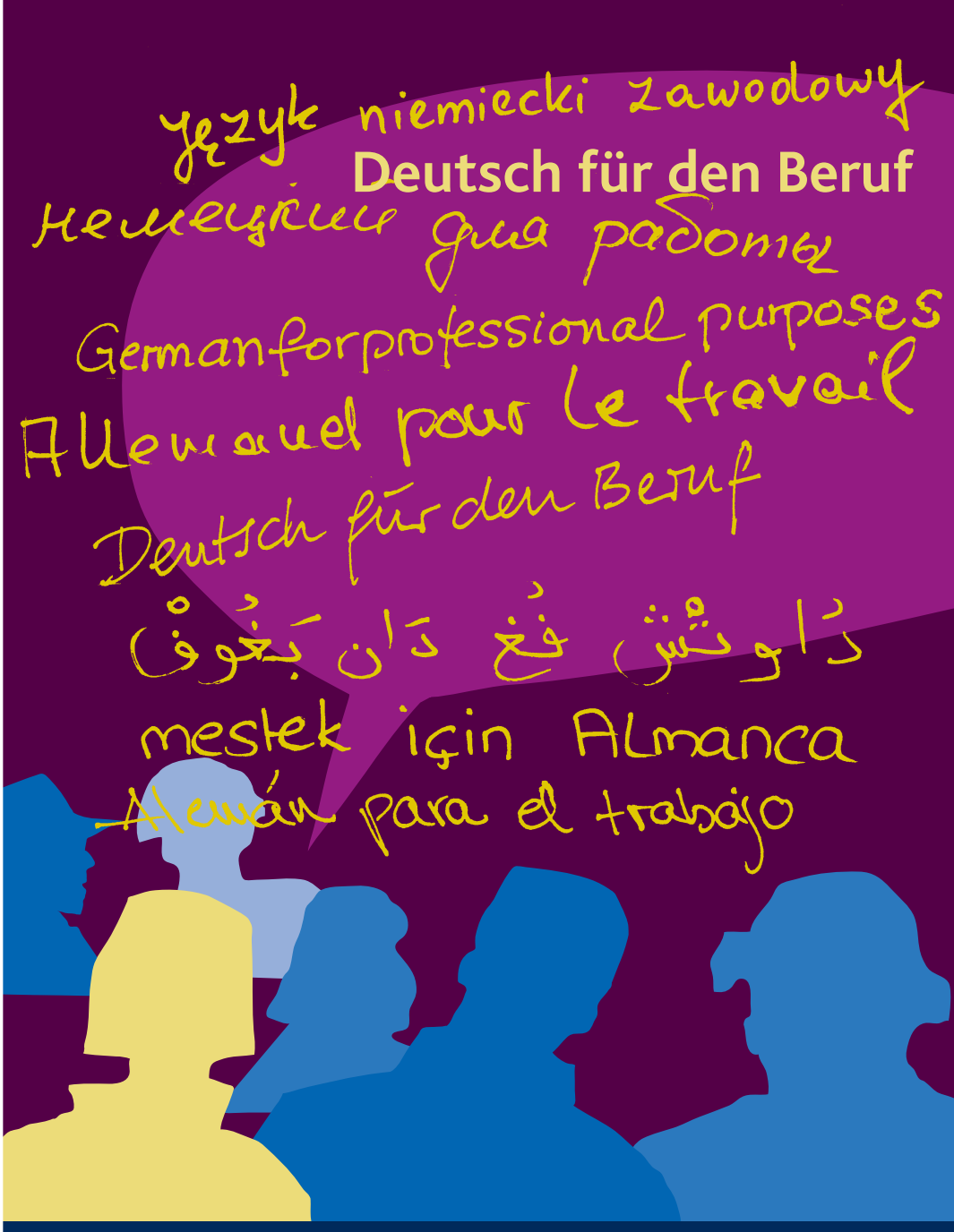


LQW Lernerorientierte Qualität in der Weiterbildung
ArtSet
Qualitätstestiert bis 05.11.2015
www.tuv.com TÜVRheinland ID:9105036269

vhs

Volkshochschule Braunschweig

Volkshochschule Braunschweig GmbH mit
VHS Arbeit und Beruf GmbH
Haus der Familie GmbH

Sprachen und mehr
Gesellschaft und Kultur
Gesundheit und Wohlfühlen
Beruf und Arbeitsleben
Grundbildung und Schule
Computer und Medien
Eltern und Kinder

1. Halbjahr 2014

www.vhs-braunschweig.de

Volkshochschule Braunschweig GmbH

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Mit einem gemeinsamen Corporate Design sind die Volkshochschulen seit September 2013 bundesweit sichtbar. Auch wir haben uns für dieses neue Logo entschieden, weil wir es ganz einfach schöner finden als unser bisheriges und es begrüßen würden, wenn sich möglichst alle Volkshochschulen darunter wiederfinden. Es steht für Begegnung und Vielfalt, aber auch für Individualität und Gemeinsamkeit. Es visualisiert den Markenkern der Volkshochschulen: eine offene Begegnungsstätte mit vielfältigem Bildungsangebot für Menschen jeder Herkunft und Alltagskultur. Davon können Sie sich erneut überzeugen in unserem neuen Programm für das 1. Halbjahr 2014. Es ist bestimmt auch etwas Passendes für Sie dabei!

vhs Volkshochschule Braunschweig GmbH

Foto: Scheibe

Ulrich Markurth
Aufsichtsratsvorsitzender

Hans-Peter Lorenzen
Geschäftsführer

Firmen und ihre Mitarbeiter profitieren vom VHS-Angebot:

Deutschkurse und mehr für internationale Fachkräfte

Der Fachkräftebedarf ist in vielen Branchen spürbar und das Interesse der Unternehmen an internationalen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wächst. Der Bundesbeirat für Integration fordert deshalb Maßnahmen, um ausländische Fachkräfte zu gewinnen und dauerhaft an Deutschland zu binden. Das gebietet auch der demografische Wandel.

Vor diesem Hintergrund haben wir – ausgestattet mit einer Sonderförderung vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge – ein Pilotprogramm aufgelegt: Zwölf erwerbslose portugiesische Berufskraftfahrer waren vier Wochen bei uns zu Gast, um vor Ort Eindrücke über Land und Leute zu gewinnen und Informationen über unsere Arbeitskultur zu bekommen. Das Orientierungsprogramm aus Sprachkurs, Exkursionen, Betriebsbesichtigungen und Praktika sollte dazu dienen, unseren europäischen Mitbürgern Entscheidungshilfen zu geben, ob sie nach Deutschland kommen wollen oder nicht. Die Unternehmen konnten auf diese Weise die potenziellen neuen „internationalen“ Mitarbeitenden persönlich und in der Praxis kennen lernen. Das Programm wurde von allen Beteiligten insgesamt sehr positiv bewertet. Im Januar 2014 werden voraussichtlich zehn dieser Berufskraftfahrer eine Beschäftigung in der Region aufnehmen. Das sind weit mehr als erwartet.

Unser Fazit: Nur das Angebot eines Arbeitsplatzes allein hätte nicht gereicht. Aber wenn wir eine Willkommenskultur mit Unterstützungsangeboten vorhalten, die über den Rahmen eines obligatorischen Sprachkurses hinausgehen wie z. B. mit flankierenden lebenspraktischen Hilfen, berufsbezogenen Informationen und individuellen Sprachtrainings, dann schaffen wir gute Voraussetzungen für erfolgreiche Integration.

Die weitere Verbesserung der Sprachkenntnisse bleibt dabei der Schlüssel zum Erfolg: Wer den Alltag bestehen und in der neuen Lebensumgebung heimisch werden will und wer sich am Arbeitsplatz verständlich machen und die Kommunikationsabläufe einbringen will, dem muss man auch nach der Einreise genügend Zeit und Möglichkeit einräumen, die Sprache zu erlernen.

Wie hilfreich solche berufsbegleitenden Maßnahmen sind, haben auch unsere Sprachkurse für internationale Mediziner aus Braunschweiger Krankenhäusern gezeigt. In speziellen Lehrgängen haben in den vergangenen zwei Jahren 15 Ärztinnen und Ärzte von einer erfahrenen VHS-Lehrerin, die im Erstberuf gelernte Krankenschwester ist, das nötige fachsprachliche Repertoire erlernt – und zwar sogar nach der Arbeit und am Wochenende.

Die Anfragen aus anderen unterschiedlichsten Branchen nehmen zu. Interessierte Firmen können sich gern direkt an uns wenden. Wir freuen uns, wenn wir Sie bei „der sprachlichen Einarbeitung“ unterstützen können.

Ulrich Markurth

Hans-Peter Lorenzen

Service

Herzlich Willkommen 3
So können Sie uns erreichen 5
So melden Sie sich an / Kalender 7
Informationen und allgemeine Geschäftsbedingungen 8
Bildungsberatung, Bildungsprämie , Bildungsgutschein 9
Bildungsurlaub: Informationen und Jahresübersicht 10
Leitbild 12
Mediationsbüro 96
Der Überbetriebliche Verbund Frau und Beruf 128
Unterrichtsstätten 144
Stichwortverzeichnis 145

Unsere Kursleiter sind uns wichtig!

Die Qualität der Lehre weiter zu verbessern, ist eines der strategischen Entwicklungsziele der Volkshochschule und ihrer Tochtergesellschaften bis zur nächste Retestierung 2016. Wir haben uns deshalb vorgenommen, unseren freiberuflichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern mehr Leistung zu bieten. Dazu gehören gut ausgestattete Unterrichtsräume und Kursleiterräume genauso wie ein rundherum ansprechender und reibungslos funktionierender Service. Wir arbeiten daran!

Um auf dem aktuellen Stand hinsichtlich Didaktik, Methodik, Pädagogik und Fachwissen zu bleiben, ist es unseren Fachkräften auch wichtig, sich beständig weiterzubilden.

Neben den Weiterbildungsmöglichkeiten über unsere Dachverbände bieten wir eigene, hausinterne Kursleiterfortbildungen an. Gemeinsam mit unserer Dozentenvertreterin Merle Hübner sind folgende Angebote organisiert worden. Wir sind sicher, dass viele mitmachen werden und zukünftig weitere interessante Kurse dazu kommen.

Grundlagen visualisierter Moderation	**29. März 2014**
Körpersprache als Ausdruck der Persönlichkeit	**17. und 24. Januar 2014**
PowerPoint für Kursleiterinnen und Kursleiter	**08. März 2014**
Körpersignale wahrnehmen - Körperpräsenz stärken	**14. März 2014**
Umgang mit dem interaktiven Whiteboard	**15. März 2014**
Mit Spiel und Spaß zum Lernerfolg	**22. März 2014**
Umgang mit Störungen	**26. April 2014**
Notfallhilfe: Notruf, Ärzte Betreuung des Verletzten, ...	**Sa, 10. Mai 2014**

Bürgerkompetenz und Politik

Demokratiezentrum 14
Wege zu einer Kultur des Friedens 16

Sprachen und mehr

Sprachen lernen ... und mehr 16
Deutsch als Fremdsprache 18
Integrationskurse und Einbürgerung 21
Deutsch für den Beruf - ESF BAMF 21
Englisch 22
Romanische Sprachen 32
Weitere Fremdsprachen 37

Gesellschaft und Kultur

Kommunikation und Gesundheit 44
Kommunikation und Rhetorik 44
Arbeitstechniken, Lernstrategien 46
Persönlichkeitsbildung 46
Psychologie 46
Philosophie, Östliche Weisheit 47
Staatstheater 48
Literatur 49
Gitarre, Tanz 51
Zeichnen und Malen 53
Kreatives Gestalten 57
Natur, Fotografie 58

Gesundheit und Wohlfühlen

Gesund im Alltag 63
Fitness, Gymnastik, Tanz 64
Stressbewältigung, Entspannung 69
Farb- und Stilberatung 75
Wein und Kultur 75

Beruf und Arbeitsleben

www.joblöwe.de 82
Qualifizierung und Vermittlung 82
Jugendprojekte 84
Beschäftigungsprojekte 86

Akademie Alte Waage

Personal- u. Organisationsentwicklung 85
Kommunikation 86
Soziale/päd./psych. Fortbildungen 88
Bildungsberatung und Kompetenzentwicklung 90
KiTa-Werkstatt 93
Fortbildung für KiTa-Mitarbeiter/-innen 93
Weiterbildung mit IHK-Abschluss 93
Online-Seminare zur Vorbereitung auf IHK-Abschlüsse 94
Energie und Klimaschutz 95
Fortbildung für Kursleiter/-innen 96
Mediationsbüro 96
vhs consult 97
BürgerKolleg Braunschweig: Fortbildung im Ehrenamt 98

Grundbildung und Schule

Schulabschlüsse 100
Grundbildung 101
Grundbildung am Arbeitsplatz 101
Rechtschreibung 101
Englisch von Anfang an 101
Studium ohne Abitur / Offene Hochsch. 102

Computer, Wirtschaft und Medien

Lehrgangssysteme EDV 104
Computerkurse 105
Computerkurse für Senioren 117
Lehrgangssysteme Kaufmänn. Praxis 120
Einkommensteuer/Immobilien 124
Tastschreiben 126
Bürotechnik, Büroorganisation 127

Koordinierungsstelle Frau und Beruf

Zurück in den Beruf 129
Computerkurse für Frauen 130
Überbetrieblicher Verbund 132
Grundlagen der Büroarbeit 135
Selbstcoaching und Kommunikation 136
Bewerbung / Jobsuche 138
Existenzgründung für Frauen 139
Frauen in Führungspositionen 141

Ausbildungswerkstatt 142
Stichwortverzeichnis 145
Impressum 146

Kundencenter

Sabine Slapa, Murat Yildizgezer und Elke Rühlemann-Franke helfen Ihnen gern.

Hier erfahren Sie alles Wissenswerte über das aktuelle Semesterprogramm, Einzelkurse, Veranstaltungsreihen, Dozenten und vieles mehr.

Selbstverständlich werden hier nicht nur Ihre Anmeldungen, sondern auch Kritik und Anregungen entgegengenommen.

Wir sind für Sie da:
Montag–Donnerstag: 9.00–15.00 Uhr
Dienstag: 9.00–18.00 Uhr
(in den Ferien bis 15.00 Uhr)
Freitag: 9.00–13.00 Uhr

Verlängerte Öffnungszeiten
vom 10.–13. Februar 2014
9.00–18.00 Uhr

Alte Waage 15
38100 Braunschweig

Sie können sich auch von Montag bis Donnerstag in der Zeit von 08.30 - 12.30 Uhr in unserem Unterrichtsgebäude in der Heydenstraße anmelden!

Sabine Slapa
Tel. 2412-240

Murat Yildizgezer
Tel. 2412-242

Elke Rühlemann-Franke
Tel. 2412-243

Verschenken Sie doch, was Sie schon immer mal gemeinsam machen wollten: mit dem vhs-Gutschein

Volkshochschule Braunschweig GmbH
Alte Waage 15, 38100 Braunschweig
Telefon 0531 2412-0
Telefax 0531 2412-221

Internet / E-Mail

Internet: www.vhs-braunschweig.de
E-Mail: info@vhs-braunschweig.de

Per E-Mail können Sie uns auch direkt erreichen:

Vorname.Nachname
des gewünschten Mitarbeiters
(ohne Umlaute)
@vhs-braunschweig.de

Unterrichtsgebäude

Alte Waage 15	2412-0
Heydenstraße 2	2412-301
Leopoldstraße 32	1218687
Güldenstraße 19	2412-402
Güldenstraße 21	2412-401
Reichsstraße 22	
Petzvalstraße 50	
Echternstraße 63	
Kaiserstraße 48	

Zentrale Dienste

Steffen Kind *Verwaltungsleiter*	2412-203
Sabine Belz *Honorare*	2412-104
Gunda Pleiß *Rechnungswesen*	2412-106
Monika Domröse *Buchhaltung*	2412-317
Heike Derner-Sewe *Projektabwicklung*	2412-232
Esra Bayram *Buchhaltung*	2412-107
Özlem Dogan *Auszubildende*	2412-113
Simon Weishar *Student im Dualen System*	2412-114

Haus und Technik

Waldemar Pracht *Teamleiter*	2412-124
Foyer Alte Waage	2412-131
Karsten Janssen	2412-301
Oliver Witt	2412-301
Vladimir Pavlovitsch	2412-301
Yasar Saracoglu *Reinigung*	

EDV / IT *IT-Systemadministratoren*

Thomas Böhm	2412-206
Burghard Hanisch	2412-256
André-Tobias Rott	2412-121
Gero Alders	2412-370

Cafeteria
im Haus Heydenstraße 2 2412-306

Geschäftsführung VHS GmbH und Tochtergesellschaften

Hans-Peter Lorenzen
Geschäftsführer VHS GmbH
Gesellschafter VHS Arbeit und Beruf GmbH
Gesellschafter und Geschäftsführer
Haus der Familie GmbH
Tel. 2412-208

Norbert Schäfer
Prokurist VHS GmbH
Geschäftsführer
VHS Arbeit und Beruf GmbH
Tel. 2412-318

Ulla Wilharm-Jansen
Geschäftsführerin
Haus der Familie GmbH
Tel. 2412-514

Ute Koopmann
Programm und Öffentlichkeitsarbeit
Tel. 2412-210

Kerstin Rohde
Sekretariat
Tel. 2412-209

Programmbereiche

Sprachen und mehr

E-Mail: info@vhsinternational.de
Internet: www.vhsinternational.de

Dieter Lurz	2412-110
Wilhelmine Berg	2412-455
Christiane Janssen	2412-108
Ursula Martens-Berkenbrink	2412-101
Programmbereichsleitung	
Dagmar Wenzel	2412-152
Antje Müller	2412-151
Projektleitung ESF-BAMF	
Janina Ahl	2412-109
Janine Giesemann	2412-103
Karin Krühne	2412-454
Chrysoula Pireli	2412-122
Murat Yildizgezer	2412-242
Sachbearbeitung	
Erika Behr	2412-102
Monika Loß	2412-341
Elena Sabuga	2412-347
Stephanie Valentin	2412-376
Beratung und Coaching	

Gesellschaft und Kultur

Dietmar Giebel	2412-205
Kirsten Martin	2412-204
Melanie John	2412-214
Sachbearbeitung	

Gesundheit und Wohlfühlen

Claudia Kwiatkowski	2412-201

Akademie Alte Waage

Dietmar Giebel	2412-205
Kirsten Martin	2412-204
Melanie John	2412-214
Sachbearbeitung	

VHS Arbeit und Beruf GmbH

Geschäftsstelle:
Heydenstraße 2, 38100 Braunschweig

Norbert Schäfer	2412-318
Geschäftsführer	
Lidia Silber	2412-311
Prokuristin	
Rainer Junge	2412-320
Abteilungsleiter	
Heike Derner-Sewe	2412-232
Lidia Kurocka	2412-314
Projektabwicklung	

Grundbildung und Schule

Ute Koopmann	2412-210
Barbara Jördening	2412-432
Gudrun Hock	2412-226

Computer, Wirtschaft und Medien

Heike Derner-Sewe	2412-232
Dirk Steinhagen	2412-180
Sabine Jackmann	2412-321
Sachbearbeitung	

Koordinierungsstelle Frau und Beruf

Dietlinde Tartler	2412-324
Dorothee Hermann	2412-414
Inga-Verena Schwanke	2412-315
Sachbearbeitung	
Heike Derner-Sewe	2412-232
Projektabwicklung	

Haus der Familie GmbH

Kaiserstraße 48
38100 Braunschweig
Telefon 2412-500
Telefax 2412-524
E-Mail: info@vhs-braunschweig.de
Internet: www.hdf-braunschweig.de

Ulla Wilharm-Jansen	2412-514
Geschäftsführerin	
Brigitta Feulner	2412-513
Eva-Maria Büthe	2412-515
Programmbereichsleitung	
Karin Giebel	2412-511
Waltraut Grziwa	2412-512
Sachbearbeitung	

Projekt „DialogWerk“

Beate Hamilton-Kohn	2412-403
Projektleitung	
Dr. Angelika Schulz	2412-404
Projektkoordination	
Elke Rühlemann-Franke	2412-402
Melanie John	
Sachbearbeitung	

Telefon 0531 2412-0 • Fax 0531 2412-221 • E-Mail: info@vhs-braunschweig.de • www.vhs-braunschweig.de

1. Anmeldung

Anmeldung per Internet

Online können Sie sich verbindlich nur mit Lastschriftverfahren unter Angabe der gültigen Kontoverbindung anmelden. Tipp: Wenn Sie sich für einen Kurs anmelden wollen, den Sie bereits aus dem gedruckten Programmheft herausgesucht haben, geben Sie einfach in das Feld „Suchen" auf der VHS-Webseite die Kursnummer ein (ohne Leerschritte, z. B. AFB01). Anschließend können Sie sich wie beschrieben online anmelden.

Widerrufsbelehrung

Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Art. 246 § 2 i.V.m. § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312e Abs. 1 Satz 1 BGB i.V.m. Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an:

Volkshochschule Braunschweig GmbH
Alte Waage 15
38100 Braunschweig
Fax Nr. 0531 2412-221
E-Mail-Adresse: info@vhs-braunschweig.de

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns insoweit ggf. Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweise: Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Ende der Widerrufsbelehrung

Schriftliche Anmeldung

Schriftlich können Sie sich mit einer Anmeldekarte anmelden. Anmeldekarten finden Sie auf der letzten Seite des Programmheftes.

Persönliche Anmeldung

Sie können sich während der Öffnungszeiten des Kundencenters, Alte Waage 15, persönlich anmelden (beachten Sie bitte unseren Abendservice zum Semesterbeginn).

Telefonische Anmeldung

Telefonische Anmeldungen sind nur in Ausnahmefällen möglich.

2. Ermäßigungen

Ermäßigungen können nur bei Vorlage gültiger Nachweise geltend gemacht werden; eine nachträgliche Gewährung ist nicht möglich. Bei Vorlage gültiger aktueller Nachweise können für die meisten Lehrgänge Ermäßigungen erhalten:

a) Empfänger von Sozialgeld, Arbeitslosengeld, jugendliche Arbeitslose bis zu 50 % (Bewilligungsbescheid)

b) Schüler, Studenten, Auszubildende bis zu 10 % (Ausweis)

c) Für Inhaber des Braunschweig-Passes und der Ehrenamtskarte gelten gesonderte Ermäßigungen.

Ermäßigungen werden auf volle Euro gerundet. Für bestimmte Lehrgänge können Ermäßigungen nicht oder nur für Teile der Lehrgangsgebühr gewährt werden.

3. Anmeldebestätigung

Eine Bestätigung der Anmeldung mit Ausnahme des Bildungsurlaubs und bei einer online-Anmeldung erfolgt nicht. Sie erhalten nur dann Nachricht, wenn Ihr Kurs ausfällt oder bereits belegt ist.

4. Anwesenheitslisten

Eine Eintragung auf der Anwesenheitsliste ist einer Anmeldung gleichgestellt. Ein Fernbleiben vom Unterricht bzw. Nicht-Erscheinen zu Beginn gilt nicht als Abmeldung und hat keinen Einfluss auf die Gebührenerhebung.

5. Folgekurse

Für bestimmte Kurse können sich die bisherigen Teilnehmer vorab anmelden u. bezahlen.

6. Beratung

Für Beratungen stehen Ihnen die Mitarbeiter/-innen des Kundencenters zur Verfügung sowie die Pädagogischen Mitarbeiter/-innen nach Vereinbarung.

7. Zahlungsweise

- Bankeinzug: Die Abbuchung erfolgt ca. zwei Wochen vor Kursbeginn
- Barzahlung / EC-Karte

8. Bankverbindung

Deutsche Bank AG Braunschweig
BLZ 270 700 30
Konto 0722470

IBAN: DE27270700300072247000
BIC: DEUTDE2H270
Gläubiger-Identifikationsnummer
DE32ZZZ00000786160

Zugelassener Träger nach dem Recht der Arbeitsförderung. Zugelassen durch die fachkundige Stelle der TÜV Rheinland Cert GmbH von der „Deutschen Akkreditierungsstelle DAkkS" akkreditierte Zertifizierungsstelle. Dieses Zertifikat ist gültig vom 03.05.2012 bis zum 27.04.2017. Erstzertifizierung 2006.

Qualitätstestat

Als Dienstleistungsbetrieb für Bildung, Qualifizierung und Kultur ist die Volkshochschule nach LQW, dem Lernerorientierten Qualitätsmodell Weiterbildung, testiert und seit dem 3. November 2011 für weitere vier Jahre retestiert.

Öffentliche Schulferien* im 1. Halbjahr 2014

Januar 2014

M	D	M	D	F	S	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Februar 2014

M	D	M	D	F	S	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		

März 2014

M	D	M	D	F	S	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

April 2014

M	D	M	D	F	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Mai 2014

M	D	M	D	F	S	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Juni 2014

M	D	M	D	F	S	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Beginn der Sommerferien 31. Juli 2014

unterrichtsfrei, ausgenommen Wochenendseminare. Veranstaltungen, die in der Terminplanung von diesem Schema abweichen, sind gekennzeichnet

* Einige Veranstaltungen, die in unseren Räumen Heydenstraße, Güldenstraße, Reichsstraße und Alte Waage stattfinden, können ebenfalls von diesem Schema abweichen.

Anmeldung
Anmeldebestätigungen werden nur bei Online-Anmeldungen sowie bei Anmeldungen zum Bildungsurlaub verschickt. Anmeldungen sind persönlich, schriftlich oder online möglich. Telefonische Anmeldungen sind nur in Ausnahmefällen möglich. Alle Veranstaltungen dürfen nur nach vorheriger verbindlicher Anmeldung besucht werden. Die Angaben auf dem Anmeldevordruck werden in einer eigenen DV-Anlage gespeichert und ausschließlich für interne Verwaltungszwecke verwendet. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht.

Widerrufsbelehrung
Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Art. 246 § 2 i.V.m. § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312e Abs. 1 Satz 1 BGB i.V.m. Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an:

Volkshochschule Braunschweig GmbH,
Alte Waage 15, 38100 Braunschweig,
Fax Nr.: 0531/2412-221,
Mailadresse: info@vhs-braunschweig.de

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns insoweit ggf. Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Ende der Widerrufsbelehrung

Behinderte
Unsere eigenen Häuser Alte Waage 15, Güldenstraße 19/21 und Heydenstraße 2 sind behindertengerecht. Für leicht erreichbare Unterrichtsräume werden wir uns im Bedarfsfall – soweit wie möglich – einsetzen. Bitte setzen Sie sich mit uns in Verbindung.

Gebühr
Gebühren sind für jeden Lehrgang im Programmheft einzeln angegeben. Sie sind in voller Höhe fällig, unabhängig davon, ob sämtliche Unterrichtsstunden besucht werden. Bei Zahlungsverzug berechnet die Volkshochschule Mahngebühren, die mit Zahlungserinnerung bzw. Mahnung erhoben werden. Ein Widerspruch der Lastschrift entbindet nicht von der Zahlung. Die Bank-Bearbeitungsgebühr und die Kursgebühr werden auch bei fehlerhaften Angaben in Rechnung gestellt. Ein Fernbleiben vom Unterricht bzw. Nicht-Erscheinen gilt nicht als Abmeldung und hat keinen Einfluss auf die Gebührenerhebung. Mündliche Zusagen oder Absprachen in Geldangelegenheiten haben keine Rechtsgültigkeit. In den Kursgebühren ist eine Einschreibgebühr in Höhe von 5,– € enthalten.

Teilnahmebescheinigung
Die Volkshochschule garantiert, dass eine qualifizierte Teilnahmebescheinigung nur bei einer Teilnahme von mindestens 80 % ausgestellt wird. Für das nachträgliche Ausstellen von Bescheinigungen/Ersatzquittungen wird eine Gebühr erhoben.

Steuervergünstigung
Teilnehmergebühren können als „Werbungskosten“ steuerlich geltend gemacht werden, sofern es sich um berufliche Bildung handelt. Die VHS ist von der Umsatzsteuer befreit.

Fotokopien
Eine bestimmte Anzahl ist frei. Die übersteigende Kopienanzahl wird durch die Dozenten mit der Volkshochschule abgerechnet.

Lehrgangswechsel
Bitte lassen Sie sich bei einem evtl. Lehrgangswechsel ummelden (telefonisch), da Sie sonst gebührenpflichtig erinnert oder gemahnt werden. Bei Bildungsurlaubsveranstaltungen müssen Ummeldungen wie Rücktritte behandelt werden. Beachten Sie deshalb bitte die Rücktrittsfristen.

Kursausfall, Kursabbruch
Die VHS Braunschweig ist berechtigt, einen Kurs ausfallen zu lassen oder abzubrechen, wenn die Mindestteilnehmerzahl nicht (mehr) erreicht ist oder aus anderen – von ihr nicht zu vertretenden Gründen (z.B. Ausfall der Kursleitung) – die Durchführung des Kurses nicht (mehr) möglich ist.

Rücktritt, Rückzahlung
Der Rücktritt muss schriftlich gegenüber der Volkshochschule erklärt werden. Ein Fernbleiben vom Unterricht gilt nicht als Abmeldung und hat keinen Einfluss auf die Gebührenerhebung. Bitte geben Sie ggf. Ihre Kontoverbindung an, auch im Falle der Einzugsermächtigung. Die Einschreibgebühr in Höhe von 5,– EUR wird nur bei Ausfall des Lehrgangs erstattet.

Standardkurse
Rückzahlungen für Kurse, die nicht länger als ein Semester dauern, können nur erfolgen, wenn sie ausfallen oder von der Volkshochschule abgebrochen werden müssen oder Krankheit (Attest erforderlich) oder Wohnortwechsel des Teilnehmers nachgewiesen werden. Unter den oben angeführten Bedingungen erfolgt die Rückzahlung der Teilnehmergebühr

- bei Ausfall des Kurses: in voller Höhe
- bei Abbruch auf Veranlassung der Volkshochschule: anteilig
- bei Rücktritt vor Beginn des Kurses: in voller Höhe abzgl. Einschreibgebühr
- bei Rücktritt bis zur Hälfte der Unterrichtsstunden: zur Hälfte
- Beträge werden auf volle Euro gerundet.

Bei Rücktritt nach der Hälfte der Unterrichtsstunden werden Teilnehmergebühren nicht erstattet.

Wochenendseminare und Kompaktlehrgänge (ohne Unterkunft)

Gebühren können zurückgezahlt werden, wenn der Rücktritt erfolgt:

- aufgrund von Krankheit (Attest erforderlich) oder Wohnortwechsel
- mindestens zwei Wochen vor Beginn: in voller Höhe
- mindestens eine Woche vor Beginn (mit Nachweis): zur Hälfte
- bei nachgewiesener Krankheit vor Beginn in voller Höhe

Bildungsurlaub (ohne Unterkunft)

Gebühren können zurückgezahlt werden, wenn der Rücktritt erfolgt:

a) mindestens 4 Wochen vor Beginn des Lehrgangs: in voller Höhe
b) mindestens 14 Tage vor Beginn des Lehrgangs aus zwingenden betrieblichen oder dienstlichen Belangen unter Vorlage einer Bescheinigung des Arbeitgebers: in voller Höhe
c) bei nachgewiesener Krankheit (Attest erforderlich):
   - bei Rücktritt vor Beginn: in voller Höhe abzgl. Einschreibgebühr
   - bei Rücktritt bis zur Hälfte der Unterrichtsstunden: zur Hälfte

Sonderbedingungen

Bitte beachten Sie die besonderen Bedingungen in den betreffenden Informationen für:

- Lehrgänge, die länger als ein Semester dauern
- Intensivkurse Deutsch als Fremdsprache
- Lehrgänge der Beratungs- und Koordinierungsstelle Frau und Beruf
- Lehrgänge mit Unterkunft sowie Studienreisen

Haftpflicht, Unfall
Die Volkshochschule haftet im Rahmen der gesetzlichen Haftpflicht. Sie haftet nicht bei Unfällen und Schäden, die auf dem Wege zur oder von den Lehrgängen entstanden sind, wie bei Diebstahl, Verlust und Beschädigung während der Veranstaltung. Ausgenommen hiervon ist der gesetzliche Unfall-Versicherungsschutz für Teilnehmer an Kursen, die der Erlangung eines allgemeinen Schulabschlusses dienen und für Lernende während der beruflichen Aus- und Fortbildung. Bei Studienfahrten und Studienreisen haftet die VHS nach ihren Allgemeinen Reisebedingungen.

Gerichtsstand
Amtsgericht Braunschweig HRB 5177

SEPA-Hinweis
Als Beitrag zur Schaffung des einheitlichen Euro-Zahlungsverkehrs (= SEPA) stellen wir auf das europaweite SEPA-Basis-Lastschriftverfahren um. Bereits erteilte Einzugsermächtigungen werden dabei als SEPA-Lastschriftmandat weitergenutzt. Dieses Lastschriftmandat wird durch eine Mandatsreferenznummer (personenbezogene Kundennummer) und unsere Gläubiger-Identifikationsnummer DE32ZZZ00000786160 gekennzeichnet, die von uns bei allen Lastschrifteinzügen angegeben werden.

Die Volkshochschule wünscht Ihnen
viel Freude und Erfolg!

Bildungsberatung nach Maß

Sind Sie an einer Weiterbildung interessiert und benötigen noch Beratung? Dann sind wir für Sie da: Die Beratungsstellen mit dem Ⓑ Punkt.

Wir beraten Sie individuell und neutral in allen Fragen der Weiterbildung, besonders auch in Fragen der Anerkennung ausländischer Abschlüsse. Wir helfen bei der Auswahl der geeigneten Maßnahme, beim Vergleich der Angebote und Abschlüsse oder bei Hilfen zur Finanzierung.

Gemeinsam mit Ihnen ermitteln wir
- Ihre Ideen
- Ihre persönlichen Voraussetzungen
- Ihre Ziele

Dann schlagen wir Ihnen das beste Weiterbildungsangebot für Ihre persönliche Situation vor. Wir finden heraus, ob Sie finanzielle Förderung erhalten können und helfen Ihnen bei der Beantragung.

Wir beraten Sie auch in verschiedenen Fremdsprachen.

Ihre Ansprechpartnerin:
Elena Sabuga
Haus Heydenstraße 2
Telefon 0531 – 2412 347
Termine nach Vereinbarung

Informationen erhalten Sie auch über unser Kundencenter im Haus Alte Waage 15, Telefon 24 12 -0.

Kooperative Bildungsberatung Region Braunschweig

Das Bildungs-Beratungs-Netz Region Braunschweig ist entstanden im Rahmen eines Modellprojektes des Landes Niedersachsen. Sie werden bei allen Partnern nach gleichen Beratungsgrundsätzen und gemeinsamen Qualitätsstandards beraten.

Folgende Partner gehören dazu:

vhs Volkshochschule Braunschweig GmbH
Abteilung Weiterbildung und Medien
kvhs peine
Oskar Kämmer Schule
vhs Bildungszentrum Landkreis Wolfenbüttel Volkshochschule
Allianz für die Region
DAA Bildung schafft Zukunft
Gefördert durch: Niedersächsisches Ministerium für Wissenschaft und Kultur

» Zahlt sich aus: Die Bildungsprämie

Beratungsstelle Bildungsprämie

Bundesministerium für Bildung und Forschung

Mit der Bildungsprämie unterstützt der Staat Ihre Weiterbildung auch finanziell.

Sie können die Hälfte der Gebühren für einen Kurs oder ein Seminar erstattet bekommen, max. 500 €.

Sie erhalten dafür einen Prämiengutschein, den Sie bei einem Bildungsträger einlösen können.

Voraussetzungen für die Bildungsprämie:
- Sie sind erwerbstätig
- Ihr zu versteuerndes Einkommen beträgt nicht mehr als 20 000 € (gemeinsam veranlagt 40.000,- €)
- Ihr Fortbildungswunsch steht im Kontext Ihrer berufliche Entwicklung.

Was sonst noch zu beachten ist, erfahren Sie beim Beratungsgespräch.

Bitte rufen Sie uns an, um einen Termin zu vereinbaren oder schreiben Sie uns eine E-Mail.

Claudia Kwiatkowski
Tel. 0531 2412-201
claudia.kwiatkowski@vhs-braunschweig.de
Elena Sabuga
Tel. 0531 2412-347
elena.sabuga@vhs-braunschweig.de

Bildungsgutschein

der Agentur für Arbeit / Jobcenter

Bildungsgutschein
der Agentur für Arbeit / Jobcenter

Ein Bildungsgutschein berechtigt zur Teilnahme an einer Maßnahme der beruflichen Weiterbildung.

Die Kosten für die Weiterbildung werden von der Agentur für Arbeit oder dem Jobcenter unter bestimmten Bedingungen übernommen. Der Bildungsgutschein beinhaltet Angaben über den Themenschwerpunkt (Bildungsziel), die maximale Dauer und die Kostenübernahme.

Mit diesem Zeichen gekennzeichnete Angebote in unserem Heft sind unter bestimmten Bedingungen förderungsfähig.
Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrem örtlichen Jobcenter oder unter www.arbeitsagentur.de bei „Bürgerinnen und Bürger" „Weiterbildung" „Fördermöglichkeiten" „Bildungsgutschein".

www.tuv.com TÜVRheinland ID:9105040201

Bildungsurlaub
- dient der Erwachsenenbildung im Sinne des Niedersächsischen Erwachsenenbildungsgesetzes
- ist ein Rechtsanspruch für alle Arbeitnehmer/-innen und Auszubildenden zur Teilnahme an anerkannten Bildungsveranstaltungen (für Beamte gelten Sonderregelungen),
- wird bei voller Weiterzahlung von Lohn und Gehalt durch den Arbeitgeber gewährt,
- darf zu keinen Benachteiligungen für diejenigen führen, die Bildungsurlaub in Anspruch nehmen,
- kann von Arbeitnehmer(inne)n nach Thema und Inhalt frei gewählt werden,
- kann als Bildungsurlaubsveranstaltung auch von Hausfrauen, Selbstständigen, Arbeitslosen, Studenten, Rentnern und anderen belegt werden, ebenso natürlich auch von Arbeitnehmer(inne)n, die unabhängig vom Bildungsurlaubsgesetz Erholungsurlaub dafür nehmen.

Anspruch
Der Anspruch des Arbeitnehmers oder der Arbeitnehmerin auf Bildungsurlaub umfasst fünf Arbeitstage innerhalb des laufenden Kalenderjahres. Ein nicht ausgeschöpfter Bildungsurlaubsanspruch des vorangegangenen Kalenderjahres kann noch im laufenden Kalenderjahr geltend gemacht werden. Soweit der Arbeitgeber zustimmt, können im laufenden Kalenderjahr auch die nicht ausgeschöpften Bildungsurlaubsansprüche der beiden Kalenderjahre unmittelbar vor dem vorangegangenen Kalenderjahr geltend gemacht werden; dies gilt jedoch nur, wenn sie gemeinsam mit den Bildungsurlaubsansprüchen des laufenden und des vorangegangenen Kalenderjahres für eine zusammenhängende Bildungsurlaubsveranstaltung geltend gemacht werden.

Hinweise für Beamte und Richter
Soweit Kurse dieses Programms der politischen Bildung zugerechnet werden, können Beamte und Richter des Landes Niedersachsens bzw. des Bundes Sonderurlaub beantragen.

Antrag
Wer zum Besuch einer anerkannten Veranstaltung Bildungsurlaub beanspruchen will, muss dies seinem Arbeitgeber so früh wie möglich, in der Regel mindestens vier Wochen vorher, schriftlich mitteilen. Die erforderlichen Angaben hierfür sind in einer Anmeldebestätigung enthalten, die von der Volkshochschule ausgestellt wird.

Nachweis
Nach Abschluss der Veranstaltung ist dem Arbeitgeber eine Teilnahmebestätigung vorzulegen, die ebenfalls von der Volkshochschule ausgestellt wird.

Erkrankung
Wer wegen Krankheit nicht oder nicht mehr an der Bildungsurlaubsveranstaltung teilnehmen kann, muss seinen Arbeitgeber und die Volkshochschule sofort benachrichtigen.

Alle in diesem Programm aufgeführten Bildungsurlaub-Lehrgänge sind anerkannte Bildungsveranstaltungen gemäß § 10 Abs. 1 des Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetzes – NBildUG – in der Fassung vom 25. Januar 1991, zuletzt geändert am 17. Dezember 1999.

Hinweis

Alle Ganztagesseminare, die als Bildungsurlaub ausgewiesen sind, können selbstverständlich auch von Interessent(inn)en besucht werden, die keinen Bildungsurlaub in Anspruch nehmen möchten!

Bildungsurlaub/Ganztagsseminare 2014 Jahresübersicht

Januar 2014

13.01.14-17.01.14	DWF21BU	Tabellenkalkulation mit Excel 2010	s. Bereich „Computer“ ab S. 103
13.01.14-17.01.14	DGA01BU	Naturheilkunde - Homöopathie - Bachblüten	s. Bereich „Gesundheit“ ab S. 61
13.01.14-17.01.14	DMV02BU	Der digitale Workflow in der Fotografie	s. Bereich „Computer“ ab S. 103
20.01.14-24.01.14	DPP39BU	Rhetorik - Intensivkurs	s. Bereich „Gesellschaft und Kultur“ ab. S. 43
20.01.14-24.01.14	DRI02BU	Italienisch für den Alltag Stufe A1 Teil 1a	s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
20.01.14-22.01.14	DWF09BU	Word 2010 professionell einsetzen	s. Bereich „Computer“ ab S. 103
20.01.14-24.01.14	DWH94BU	Arduino: Microcontroller in C programmieren	s. Bereich „Computer“ ab S. 103
27.01.14-31.01.14	DET59BU	English at the Office Level A2/B1 - für Teilzeitkräfte	s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
27.01.14-31.01.14	DWF58BU	Datenbankanwendung mit Access 2010	s. Bereich „Computer“ ab S. 103
27.01.14-31.01.14	DWF75BU	Bildbearbeitung mit Photoshop CS6	s. Bereich „Computer“ ab S. 103
27.01.14-31.01.14	DRS02BU	Spanisch für den Alltag Stufe A1 Teil 1a	s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15

Februar 2014

03.02.14-07.02.14	DRS04BU	Spanisch für den Alltag Stufe A1 Teil 1b	s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
03.02.14-07.02.14	EET50BU	First Steps to Business English Level A1	s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
03.02.14-07.02.14	EET61BU	Business English Level B1	s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
03.02.14-07.02.14	EGG01BU	Ganzheitlich leben ohne Stress: Yoga als Lebenseinstellung	s. Bereich „Gesundheit“ ab S. 61
03.02.14-07.02.14	EWH53BU	Windows Server - Aufbauseminar/Workshop	s. Bereich „Computer“ ab S. 103
10.02.14-14.02.14	EWH86BU	Visual Basic for Applications (VBA)	s. Bereich „Computer“ ab S. 103
17.02.14-21.02.14	EPP38BU	Rhetorik: Freie Rede - Sicheres Auftreten	s. Bereich „Gesellschaft und Kultur“ ab. S. 43
17.02.14-21.02.14	EWG70BU	Webseiten mit (X)HTML & CSS (Modul 1)	s. Bereich „Computer“ ab S. 103

März 2014

03.03.14-07.03.14	EWH27BU	Netzwerk- und Internettechnologie	s. Bereich „Computer“ ab S. 103
10.03.14-14.03.14	EWK19BU	Kosten- und Leistungsrechnung 1	s. Bereich „Kaufmännische Praxis“ ab. S. 121
17.03.14-21.03.14	EWH13BU	PC-Technik und -Konfiguration	s. Bereich „Computer“ ab S. 103
17.03.14-21.03.14	EMV01BU	Der digitale Workflow in der Fotografie	s. Bereich „Computer“ ab S. 103
24.03.14-28.03.14	EPP42BU	Effektive Kommunikation - sichere Gesprächsführung	s. Bereich „Gesellschaft und Kultur“ ab. S. 43
24.03.14-28.03.14	EWE03BU	Grundlagen der EDV - Xpert-Starter	s. Bereich „Computer“ ab S. 103
24.03.14-28.03.14	EWE21BU	Einführung in die EDV - Windows und Textverarbeitung (halbtags)	s. Bereich „Computer“ ab S. 103
24.03.14-28.03.14	EET57BU	Business English Level A2	s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
24.03.14-28.03.14	EGH21BU	Qi Gong und Akupressurmassage (Shiatsu, TuiNa)	s. Bereich „Gesundheit“ ab S. 61

April 2014

07.04.14-11.04.14 EWG80BU Photoshop für das Webdesign ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
07.04.14-11.04.14 EWL05BU Tastschreiben am PC nach dem 10-Finger-System (halbtags) ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
07.04.14-11.04.14 EWK03BU Buchführung 1 ... s. Bereich „Kaufmännische Praxis“ ab. S. 121
07.04.14-11.04.14 EET05BU Englisch Alltagssprache Level A1 ... s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
07.04.14-11.04.14 EET23BU Englisch Alltagssprache Level A2+ ... s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
07.04.14-11.04.14 EET33BU English Conversation and Grammar Level B1 ... s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
07.04.14-11.04.14 EGB01BU Die Methode Feldenkrais body care ... s. Bereich „Gesundheit“ ab S. 61
07.04.14-22.04.14 EPE20BU Ausbildung der Ausbilder (IHK) ... s. Bereich „Akademie Alte Waage“ ab. S. 84

Mai 2014

05.05.14-09.05.14 EWF05BU Textverarbeitung Basics mit Word 2010 ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
05.05.14-09.05.14 EWF73BU Bildbearbeitung mit Photoshop CS6 ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
12.05.14-16.05.14 EWF65BU Office 2010 für die berufliche Praxis ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
12.05.14-16.05.14 EWH18BU PC-Systemsupport ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
12.05.14-16.05.14 EGE02BU Vital und ausgeglichen im Beruf (Teilzeit) ... s. Bereich „Gesundheit“ ab S. 61
19.05.14-23.05.14 EPP40BU Rhetorik - Intensivkurs ... s. Bereich „Gesellschaft und Kultur“ ab. S. 43
19.05.14-23.05.14 EWF21BU Tabellenkalkulation mit Excel 2010 ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103

Juni 2014

02.06.14-06.06.14 EWG75BU Dynamische Webseiten mit PHP und MySQL (Modul 2) ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
02.06.14-06.06.14 EWE10BU Einführung in die EDV - Windows, Textverarbeitung und Internet ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
02.06.14-06.06.14 EGG02BU Ganzheitlich leben ohne Stress: Yoga als Lebenseinstellung ... s. Bereich „Gesundheit“ ab S. 61
11.06.14-13.06.14 EWF42BU PowerPoint 2010 kompakt ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
16.06.14-20.06.14 EWG79BU Content Management System (CMS) TYPO3 (Modul 3b) ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
16.06.14-20.06.14 EWF86BU Bildbearbeitung mit GIMP ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
23.06.14-27.06.14 EPP44BU Selbstbehauptung im Beruf ... s. Bereich „Gesellschaft und Kultur“ ab. S. 43
23.06.14-27.06.14 ERF02BU Französisch für den Alltag Ende Stufe A1 / Anfang A2 ... s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
23.06.14-25.06.14 EWF10BU Word 2010 professionell einsetzen ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
23.06.14-25.06.14 EWF53BU Kommunikation und Organisation mit Outlook 2010 ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
23.06.14-27.06.14 ERS02BU Spanisch für den Alltag Stufe 1 / Teil 1a ... s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
30.06.14-04.07.14 ERS04BU Spanisch für den Alltag Stufe 1 / Teil 1b ... s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
30.06.14-04.07.14 EWF29BU Excel 2010 professionell einsetzen ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
30.06.14-04.07.14 EWH95BU Arduino: Microcontroller in C programmieren ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103

Juli 2014

07.07.14-11.07.14 EWF25BU Einführung in Excel 2010 ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
07.07.14-11.07.14 EWF45BU Präsentationen mit PowerPoint 2010 ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
21.07.14-25.07.14 EWF59BU Datenbankanwendung mit Access 2010 ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
21.07.14-25.07.14 EET62BU Business English Level B1 ... s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
21.07.14-25.07.14 EMV02BU Der digitale Workflow in der Fotografie ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103

August 2014

04.08.14-15.08.14 FET12BU Englisch Alltagssprache Level A1/A2 ... s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
04.08.14-15.08.14 FET27BU Englisch Alltagssprache Level A2/B1 ... s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
11.08.14-15.08.14 FET43BU Conversation Course Level B2 ... s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
11.08.14-15.08.14 FWL06BU Tastschreiben am PC nach dem 10-Finger-System (halbtags) ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
18.08.14-22.08.14 EGG03BU Ganzheitlich leben ohne Stress: Yoga als Lebenseinstellung ... s. Bereich „Gesundheit“ ab S. 61
25.08.14-29.08.14 FWL07BU Tastschreiben am PC nach dem 10-Finger-System (halbtags) ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
25.08.14-05.09.14 EPE22BU Ausbildung der Ausbilder (IHK) ... s. Bereich „Akademie Alte Waage“ ab. S. 84

September 2014

01.09.14-05.09.14 FGE02BU Vital und ausgeglichen im Beruf ... s. Bereich „Gesundheit“ ab S. 61
08.09.14-12.09.14 FET70BU Business English Level B2 ... s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
15.09.14-19.09.14 FWE12BU Einführung in die EDV - Windows, Textverarbeitung und Internet ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
15.09.14-19.09.14 FWH54BU Linux ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
15.09.14-18.09.14 FKL22BU Journalistisches Schreiben ... s. Bereich „Gesellschaft und Kultur“ ab. S. 43
22.09.14-26.09.14 FPP39BU Rhetorik: Freie Rede - Sicheres Auftreten ... s. Bereich „Gesellschaft und Kultur“ ab. S. 43
22.09.14-26.09.14 FWF21BU Tabellenkalkulation mit Excel 2010 ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
22.09.14-26.09.14 FWF74BU Bildbearbeitung mit Photoshop CS6 ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103

Oktober 2014

06.10.14-10.10.14 FWG71BU Webseiten mit (X) HTML & CSS (Modul1) ... s. Bereich „Computer“ ab S. 103
06.10.14-10.10.14 FAW50BU GELD oder LEBEN? - Was hilft, wenn Geld-Wirtschaft und Arbeitsbelastung nerven! ... s. Seite 14
20.10.14-24.10.14 FPP43BU Effektive Kommunikation - sichere Gesprächsführung ... s. Bereich „Gesellschaft und Kultur“ ab. S. 43
20.10.14-24.10.14 FGE01BU Stressreduzierung statt Burnout - Train the Trainer - Methodenkomp. ... s. Ber. „Ges. und Kultur“ ab. S. 43
27.10.14-31.10.14 FET35BU English Conversation and Grammar Level B1+ ... s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
27.10.14-31.10.14 FET25BU Englisch Alltagssprache Level A2+ ... s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
27.10.14-31.10.14 FET07BU Englisch Alltagssprache Level A1 ... s. Bereich „Sprachen“ ab S. 15
27.10.14-07.11.14 FPE24BU Ausbildung der Ausbilder (IHK) ... s. Bereich „Akademie Alte Waage“ ab. S. 84

Leitbild der VHS

Unser Selbstverständnis

Die Volkshochschule Braunschweig ist als Eigengesellschaft der Stadt Braunschweig ein kommunaler Dienstleistungsbetrieb für Bildung, Beratung, Qualifizierung und Kultur.

Bildung für alle, unabhängig von sozialer Schicht, Bildungsabschluss und Alter, Religion, Weltanschauung und Staatsangehörigkeit - das gehört zum Selbstverständnis unserer Arbeit. Wir handeln in öffentlicher Verantwortung, sind als Bildungsanbieter Orte für Begegnung, Teilhabe und gesellschaftliche Integration. Wir sind dem Gemeinwohl verpflichtet und berücksichtigen die Belange von Frauen, Kindern und Männern gleichermaßen.

Kundenorientierung, Qualitäts-, und Kostenbewusstsein sind für uns selbstverständlich. Mitten in einer Region mit viel Kreativität und Geschichte, Wirtschaftskraft und Forschungsleistung tragen wir als kommunale Volkshochschule zur Lebensqualität, Familienfreundlichkeit und Zukunftssicherung Braunschweigs bei.

Unsere Leistungen

Wir sind als gemeinnützige Bildungseinrichtung Volkshochschule Braunschweig GmbH mit zwei gemeinnützigen Tochtergesellschaften VHS Arbeit und Beruf GmbH und Haus der Familie GmbH organisiert.

Wir bieten ein breit gefächertes hochwertiges und bedarfsgerechtes Programm an Erwachsenen- und Familienbildung und dazu maßgeschneiderte Sonderprogramme z. B. für Kinder, Schülerinnen und Schüler, junge Erwachsene, Ältere, Zugewanderte oder Erwerbslose.

Unsere Angebote orientieren sich an den Wünschen und Bedarfslagen unserer Kunden. Hierzu zählen unsere Teilnehmenden an den Bildungsveranstaltungen, unsere Kursleiterinnen und Kursleiter sowie Betriebe und Verbände, Kooperations- und Netzwerkpartner sowie auch unsere arbeitsmarktpolitischen Auftraggeber.

Mit mehr als 500 qualifizierten und engagierten Kursleiterinnen und Kursleitern sowie über 100 hauptberuflichen Fachkräften in Pädagogik, Verwaltung, beruflicher Qualifizierung und Haustechnik gewährleisten wir zukunftsweisende Konzepte und eine hohe Planungs- und Unterrichtsqualität.

Die Teilnahme an fachspezifischen und fächerübergreifenden Fortbildungen tragen dazu bei, dass unsere Kursleitenden und Hauptberufler immer auf dem neusten Stand sind.

Wir bieten erwachsenengerechte Lehr- und Lernmethoden, Entwicklungsbegleitung und Förderung in angemessenen Lernarrangements für alle Altergruppen, dazu allgemein anerkannte Abschlüsse, Zertifikate und international anerkannte Diplome.

Orientierungsberatung, Lernberatung, Bildungsberatung oder Prozessbegleitung sind wesentliche Elemente unserer Bildungsarbeit – mit Hilfen zur persönlichen und beruflichen Orientierung, zur Vermittlung auf dem Arbeits- und Ausbildungsmarkt und/oder zur Existenzgründung.

Unsere weitere Entwicklung

Wir wollen als kommunale Bildungsanbieter unsere Angebote in der gesamten VHS einschließlich Tochtergesellschaften kontinuierlich verbessern. Wir sind zertifiziert nach LQW (Lernerorientierte Qualität in der Weiterbildung, Zertifizierer: ArtSet) und anerkannter Träger der beruflichen Weiterbildung nach ZWV (Anerkennungs- und Zulassungsverordnung – Weiterbildung, Zertifizierer: TÜV Rheinland) Wir lassen unsere Arbeit regelmäßig extern überprüfen und befinden uns somit in einem kontinuierlichen Qualitätsentwicklungsprozess.

Wir verknüpfen dabei pädagogische Arbeit und wirtschaftliches Handeln. Wir setzen auf Kooperation mit anderen Einrichtungen der Weiterbildung, Wirtschaft, Kammern und Verbände in Braunschweig und der Region und sind als Partner in verschiedenen lokalen, regionalen und überregionalen Netzwerken aktiv.

In der Bildungslandschaft positionieren wir uns durch Qualität, Innovation, Wettbewerbsfähigkeit, Bürgernähe und soziales Engagement.

Gelungenes Lernen

Lernen gelingt und ist erfolgreich, wenn Erwachsene, Jugendliche und Kinder Freude daran haben. Deshalb ermöglichen wir unseren Teilnehmenden, ihren Lernprozess aktiv mit zu gestalten und mit „Kopf, Herz und Hand“ dabei zu sein, um auch den Erlebniswert des Lernens zu fördern. Uns ist daran gelegen, dass die vereinbarten und angestrebten Lernziele erreicht werden. Erfolgreiche Abschlüsse, Prüfungen und qualifizierte Nachweise können dies dokumentieren.

Insgesamt kommt es darauf an, persönliche und soziale Kompetenzen zu entwickeln, die befähigen, das Leben selbstverantwortlich zu gestalten, den Mitmenschen und der Umwelt mit Achtung zu begegnen sowie sich für nachhaltige Entwicklungen einzusetzen.

April 2011

VHS Braunschweig + KVHS Gifhorn:

Demokratiezentrum der Erwachsenenbildung

Seit September 2012 sind die VHS Braunschweig und die KVHS Gifhorn gemeinsam ein Demokratiezentrum der niedersächsischen Erwachsenenbildung. Das Land fördert sieben Regionale Demokratiezentren in Bildungseinrichtungen, deren Angebote das Demokratieverständnis von Bürgern stärken sollen und will damit in der Erwachsenenbildung einen Schwerpunkt zur Vorbeugung von Extremismus setzen.

Die Demokratiezentren entwickeln im Zusammenwirken mit der Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung Bildungsangebote, die die politische Urteils- und Handlungsfähigkeit von Bürgern fördern sollen. Außerdem stehen Projekte im Fokus, die Demokratie, Toleranz und Vielfalt nicht nur theoretisch vermitteln, sondern auch praktisch vor Ort erlebbar machen. Die Aufgaben der Regionalen Demokratiezentren reichen von Vorträgen, Arbeitskreisen und Seminaren zu aktuellen Fragen der Demokratieentwicklung über Gewaltpräventionstrainings und Exkursionen bis hin zu „Internationalen Wochen gegen Rassismus".

Das Demokratiezentrum Braunschweig/Gifhorn richtet seine Programme an Interessierte aller Altersgruppen, Schulen und andere Bildungsträger und arbeitet zusammen mit der Jugendförderung, mit Parteien, Wohlfahrtsverbänden, Jugend- und Ausbildungsvertretungen, Betriebsräten, Gewerkschaften, Kirchen und Betrieben. Dazu die folgenden neuen Bildungsangebote:

Alltäglicher Antisemitismus - Akademiker mit Stammtischparolen?

Bildung schützt vor Dummheit nicht. Im Sommer publizierte der Osnabrücker Kulturwissenschaftler Wassilis Kassis eine Studie, die starke anti-jüdische und anti-muslimische Einstellungen unter Studierenden offenbarte. Prof. Kassis wird die Studie vorstellen, die über eine Vergleichgruppe aus Kanada verfügt. Er trägt vor, wie auf diese Studie reagiert wurde und wie er meint wie die Hochschulen auf diese Erkenntnisse reagieren könnten. Welche Konsequenzen stehen damit der Erwachsenenbildung ins Haus und was bedeutet es für die Menschen auf der Straße?.

EAW03 Prof. Wassilis Kassis
Mi, 17.00–19.30 Uhr am 29. Januar 2014
1 Termin, 3 Unterrichtsstunden, 6,- €
Raum noch nicht bekannt

Argumentationstraining gegen Stammtischparolen - Widersprechen, aber wie?

Sie sind immer wieder mit rechten, rassistischen, antisemitischen oder abwertenden Äußerungen konfrontiert. Oft ist es schwer, gegen die Äußerungen anzukommen. Ich möchte mit Ihnen Argumentationsstrategien und Alternativen entwickeln und erproben. Argumente haben Grenzen, mit diesen zu arbeiten hilft weiter. Dieses Training ist seit über 10 Jahren bewährt.

Literatur: Klaus-Peter Hufer (2000 u.ö.): Argumentationstraining gegen Stammtischparolen, Schwalbach/Ts.

EAW06 Erik Weckel
Di, 18.00–20.15 Uhr am 11. März 2014
1 Termin, 3 Unterrichtsstunden, 6,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.04

Blackbox Abschiebung - Geschichten und Bilder von Leuten, die gerne geblieben wären

Wir leben in einer Welt der erwünschten Mobilität: Indische Informatiker programmieren im Silicon Valley; Frauen aus Osteuropa arbeiten hierzulande im Pflegesektor; Studenten verbringen Auslandssemester in aller Welt. Die Mobilität kennt aber auch eine Schattenseite: Menschen sind permanent von Abschiebung bedroht. Was bedeutet Abschiebung für diese Menschen? Was passiert in der »Blackbox« Abschiebegefängnis? Und welchen Sinn macht überhaupt Abschiebepolitik? Miltiadis Oulios portraitiert Menschen, die abgeschoben wurden. Mit Digitalkameras dokumentierten sie ihr Leben in der alten, neuen Heimat und erzählen ihre Geschichte.

EAW09 Miltiadis Oulios
Do, 10.00–13.00 Uhr am 20. März 2014
1 Termin, 4 Unterrichtsstunden, 6,- €
Raum noch nicht bekannt

Gut bürgerliche Nachbarschaft - Neonazis in Gemeinden und Stadtteilen - Ein Planspiel

Sie nehmen an einer öffentlichen Veranstaltung im Bezirksrat / Gemeinderat teil zum Thema „Umgang mit Neo-Nazis bei Gemeindefesten". Im Planspiel nehmen die TN verschiedene Rollen ein. In Kleingruppen müssen Meinungen formuliert und in einer Diskussion gemeinsame Handlungsstrategien entwickelt werden.

BEAW12 Maik Bischoff
Gruppengröße: 10-15 Personen
Mo, 18.00 - 20.15 Uhr, am 31. März 2014
1 x, 3 Unterrichtsstunden, 6,- EUR
VHS Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.12

Gesellschaftlichen Reichtum umverteilen?

Memorandum 2014: Das alternative Wirtschaftsgutachten

Sie kennen die „fünf Weisen", den Sachverständigenrat zur Begutachtung der gesamtwirtschaftlichen Entwicklung". Gerade erst ist wieder ihr jährliches Gutachten zur wirtschaftlichen Situation der Bundesrepublik erschienen. Parallel dazu erscheint seit 1975 jährlich zum 1. Mai das Memorandum von der „Arbeitsgruppe Alternative Wirtschaftspolitik". Das aktuelle Gutachten trägt den Titel: „Umverteilen - Alternativen zur Wirtschaftspolitik". Wir stellen das neue Gutachten 2014 exklusiv, direkt nach seiner Veröffentlichung in unserer Region vor!

EAW15 Gunter Quaißer
Fr, 10.00–13.00 Uhr am 09. Mai 2014
1 Termin, 4 Unterrichtsstunden, 6,- €
Raum noch nicht bekannt

Politische Bildung to go: Demokratie, Ausgrenzung, Rassismus und Rechtsextremismus

Wir leben auf der Straße, in den Straßen. Straßen sind politisch, Straßen bilden politisch. Ich lade Sie ein, zu einem Prozess Politischer Bildung auf der Straße. Wir beschäftigen uns mit Demokratie, Ausgrenzung, Rassismus und Rechtsextremismus. Gehen Sie auf der Straße in die Diskussion. Wir treffen uns in der Fußgängerzone und lernen auf der Straße.

EAW18 Erik Weckel
Do, 14.00–17.00 Uhr am 15. Mai 2014
1 Termin, 4 Unterrichtsstunden, 6,- €
Raum noch nicht bekannt

Gruppenbezogene Diskriminierungen in Niedersachsen

„Sozial geht nur national" (Wahlplakat der NPD) ist nur einer von vielen sichtbaren Auswüchsen von Menschenfeindlichkeit, über die sich die allermeisten von uns entsetzen, empören und klar davon distanzieren. Die furchtbaren Terroranschläge der NSU, rechtsextreme Kameradschaften, die durch unsere Städte marschieren (z. B. Wolfsburg und Braunschweig) verschrecken uns noch mehr. Jenseits solcher offener Formen von Menschenfeindlichkeit gibt es in der Mitte der Gesellschaft viele kleinere und größere Diskriminierungen, unbewusste, aber auch absichtliche Abwertungen und Ausgrenzungen von Menschen. Menschen werden wegen ihrer Zugehörigkeit zu einer „anderen" ethnischen, kulturellen oder religiösen Gruppe, aufgrund ihres Geschlechts oder ihrer sexuellen Orientierung, einer Behinderung oder auch deshalb, weil sie arm sind, als ungleich und leicht auch als ungleichwertig markiert. Wir spüren der „Gruppenbezogenen Diskriminierung" in der Mitte unserer Gesellschaft nach und legen sie offen. Behandeln wir Menschen,

gleich welcher Gruppe sie zugehören, in unseren Vereinen, in der Schule, in den Gemeinden oder bei der Arbeit tatsächlich als gleichwertig? Ansatzmöglichkeiten für Intervention und Prävention werden diskutiert und herausgearbeitet.

EAW21 Patrick Kirstein-Anders
Mi, 18.00–20.15 Uhr am 21. Mai 2014
1 Termin, 3 Unterrichtsstunden, 10,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Wege zu einer Kultur des Friedens

Frieden nach Außen und im Innern der Gesellschaft ist immer ein sehr gefährdetes Gut. Moderne Waffen können alles Leben auslöschen. Dauerhafter Frieden und gewaltfreie Lösungen von Konflikten setzen eine neue Lebenskultur weltweiter Gerechtigkeit und Solidarität voraus, die wir erst entwickeln müssen. Diese Kultur braucht präzisere Informationen, als sie die Mainstream-Medien und der Alltag liefern, sie fordert selbstbewusste Bürgerinnen und Bürger und einen neuen Umgang mit Tradition, Erziehung und Politik. Wir wollen eine friedlichere Welt mit der Ächtung des Krieges, der ins Museum gehört.

Andreas Matthies: Was sagt uns 1913 wirklich?

EAW44 Frieder Schöbel
Do, 19.00–21.15 Uhr am 16. Januar 2014
VHS Haus Heydenstr. 2, 2. Stock Raum 2.12

Prof. Hartmut Heuermann: Der „gerechte" Krieg: Ethik, Militanz und Ideologie

EAW46 Frieder Schöbel
Do, 19.00–21.15 Uhr am 20. Februar 2014
VHS Haus Alte Waage 15, DG Speicher

Gerhard Piper: Drohnen - eine neue Perversion des Rechts

EAW48 Frieder Schöbel
Do, 19.00–21.15 Uhr am 20. März 2014
VHS Haus Alte Waage 15, DG Speicher

Prof. Elmar Altvater: Der politische Euro

BEAW50 Frieder Schöbel
Gruppengröße: 10-50 Personen
Do, 19.00 - 21.15 Uhr am 15. Mai 2014
VHS Haus Alte Waage 15, DG Speicher

Dr. Inge Gerlach: Der politische Schriftsteller Uwe Johnson

BEAW52 Frieder Schöbel
Gruppengröße: 10-50 Personen
Do, 19.00 - 21.15 Uhr am 19. Juni 2014
VHS Haus Alte Waage 15, DG Speicher

jew.: 1 Termin, 3 Unterrichtsstd., entgeltfrei

Wege aus der Verschuldung

in Koop. mit der DRK Schuldnerberatung

Diese Informationsveranstaltung will einen Überblick über das Thema vermitteln und Anregungen geben, wie man einen Weg heraus aus der Verschuldung finden kann. Die anerkannte Schuldnerberatungsstelle des DRK Braunschweig bietet Ihnen Hilfen bei finanziellen und persönlichen Fragen, die sich rund um das Thema Schulden ergeben. Es geht dabei um Hilfe zur Selbsthilfe, Beratung als Unterstützung und Anregung zu selbstverantwortlichen Entscheidungen.

EAW27 Antje Wangerin
Di, 18.30–20.45 Uhr am 25. März 2014
1 Termin, 3 Unterrichtsstunden, entgeltfrei
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.04

Zivilcourage als Herz politischen Handelns

Für die Philosophin Hannah Arendt besteht der Sinn jeder Politik in Freiheit. Freiheit - das bedeutet aber nicht nur die Vertretung der eigenen Interessen, sondern auch den mutigen Einsatz für ein Gemeinwesen, in dem alle Menschen tagtäglich die gleichen bürgerlichen Rechte und sozialen Chancen besitzen. Lassen Sie uns gemeinsam diskutieren, warum und wie Zivilcourage das Herz politischen Handelns sein oder werden kann.

BEAW33 Patrick Kolzuniak
Gruppengröße: 10-15 Personen
Mo, 18.00 - 20.30 Uhr am 10. März 2014
1 x, 3 Unterrichtsstunden, 12,- EUR
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.12

Fit fürs Schöffenamt

Informationsreihe für neue und neugierige Schöffinnen und Schöffen

An vier Abenden führen wir - die VHS-Braunschweig in Koop. mit dem Landesverband der nds. Schöffinnen und Schöffen - alle neuen und interessierten ehrenamtlichen Richterinnen und Richter in die Aufgaben dieses verantwortungsvollen Ehrenamtes ein.

Als Referenten haben wir eine Staatsanwältin, einen Richter und einen Strafverteidiger, außerdem den Leiter der Anlaufstelle für Straffälligenhilfe gewinnen können. www.schoeffen-nds-bremen.de

BEAW42 Christian Plock, Hildegard Minthe
Gruppengröße: 10-20 Personen
Mi + Fr, 18.00 - 20.30 Uhr, ab 05. Februar 2014
4 x, 13 Unterrichtsstunden, 15,- EUR
VHS Haus Alte Waage 15, DG Speicher

Psychiatrie-Forum Braunschweig

Das Forum ist ein Erfahrungsaustausch zwischen Menschen, die in ihrem Leben Psychiatrie als Patienten erlebt haben, Angehörigen psychisch erkrankter Menschen und Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen unterschiedlicher psychiatrischer Institutionen. Die „trialogische" Vorbereitungsgruppe lädt herzlich ein, an den Abenden miteinander ins Gespräch zu kommen.

Nur etwas anders oder schon psychisch krank?

Zum Problem der Persönlichkeitsstörungen

EAW53 N.N.
Do, 19.00–20.30 Uhr am 08. Mai 2014
1 Termin, 2 Unterrichtsstunden, entgeltfrei
VHS Haus Alte Waage 15, DG Speicher

Die Dritte im Bunde

Partnerschaft und psychische Erkrankung

EAW54 N.N.
Do, 19.00–20.30 Uhr am 15. Mai 2014
1 Termin, 2 Unterrichtsstunden, entgeltfrei
VHS Haus Alte Waage 15, DG Speicher

Jenseits des Greifbaren

Spiritualität und psychische Erkrankung

EAW55 N.N.
Do, 19.00 - 20.30 Uhr am 22. Mai 2014
1 x, 2 Unterrichtsstunden, entgeltfrei
VHS Haus Alte Waage 15, DG Speicher

Ganztagsseminar/Bildungsurlaub

GELD oder LEBEN?

Was hilft, wenn Geld-Wirtschaft und Arbeitsbelastung nerven!

BFAW50BU Dr. Torsten Reters
Mo 06.10.2014 - Fr 10.10.2014, 08.30 - 16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 148,- EUR
VHS Haus Alte Waage 15, Dachgeschoss Speicher

Die Börse „crasht". Der Euro taumelt. Das Erdenklima verändert sich. Viele Beschäftigte leiden unter einer misslingenden „Work-Life-Balance". Manch einer steht kurz vor dem Burnout oder der Arbeitslosigkeit. Welche gesellschaftlichen Beweggründe stehen hinter dieser Entwicklung? Und was hilft, Seele und Gesellschaft in diesen stürmischen Zeiten wieder ins Gleichgewicht zu bringen? Was hilft, den täglichen Anforderungen von Arbeit und Leben gelassener zu begegnen?

Das Seminar des Soziologen und Sachbuchautors Torsten Reters sensibilisiert Sie nicht nur für die „Tretmühlen" des Alltags und für die Risiken unseres Wirtschaftssystems. Ein Blick auf das Unwägbare des Lebens, eine Analyse der modernen Geldwirtschaft und der Lohnarbeit zeigt auf, wie wir unsere Ängste überwinden können, um mehr Raum für Müßiggang, Kreativität und ein optimistischeres Leben einzufordern. Zum Schluss diskutieren wir, welche Möglichkeiten bestehen, solchen Forderungen auch politisch Gehör zu verschaffen. Wie das gehen mag, zeigen Ihnen so berühmte Autoren wie Watzlawick, Luhmann, Fromm, Sölle und Hodgkinson.

vhs international

1. Halbjahr 2014

Sprachen lernen Seite 16

Deutsch als Fremdsprache Seite 18

Integrationskurse Seite 21

Deutsch für den Beruf Seite 21

Englisch Seite 22

Romanische Sprachen Seite 32

Slawische Sprachen Seite 37

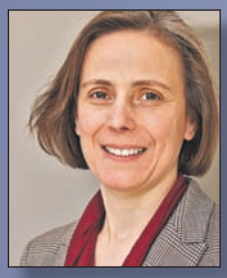
Nordische Sprachen und Niederländisch Seite 38

Weitere Sprachen Seite 40

Dieter Lurz
Abteilungsleiter

Ursula Martens-Berkenbrink
Programmbereichsleiterin

Christiane Janssen
Programmbereichsleiterin



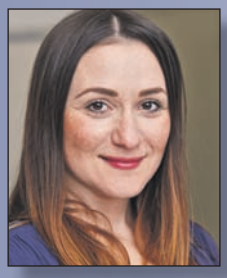
Dagmar Wenzel
Pädagogische Mitarbeiterin

Antje Müller
Pädagogische Mitarbeiterin

Wilhelmine Berg
Programmbereichsleiterin

Janina Ahl
Sachbearbeiterin

Janine Giesemann
Sachbearbeiterin



Chrysoula Pireli
Sachbearbeiterin

Murat Yildizgezer
Sachbearbeiter

Fachberatung: Christiane Janssen, Tel. 2412-108, Dieter Lurz, Tel. 2412-110,
Ursula Martens-Berkenbrink, Tel. 2412-101, Wilhelmine Berg, Tel. 2412-455

vhs Information: 0531 2412-0

Sprachen und mehr
Languages and more
Idiomas y más
Des langues et bien plus
Języki i więcej

Es gibt viele gute Gründe, eine Fremdsprache zu lernen:
Für den Kontakt zu Freunden weltweit, für die Reise,
für Studium und Ausbildung oder für die berufliche Entwicklung.
Und jede neue Sprache ist ein persönlicher Gewinn.

„Du hast so viele Leben, wie du Sprachen sprichst“
sagt ein tschechisches Sprichwort .

Mehr als zwanzig Fremdsprachen einschließlich Deutsch als Fremdsprache können Sie bei uns lernen. Sie erwerben Sprachkompetenzen von Grund auf oder wiederholen, intensivieren und erweitern vorhandene Kenntnisse und Fertigkeiten. Wir orientieren uns an aktuellen Erkenntnissen der Fremdsprachendidaktik und -methodik und haben auch für Sie das richtige Angebot.

„Sprache“ kommt von „Sprechen“

In unseren Kursen steht die Alltagssprache im Vordergrund des Unterrichts. Dies gilt besonders für alle Anfängerkurse. Hier lernen Sie zunächst, was Frau oder Mann in alltäglichen Situationen verstehen oder sagen muss: z. B. sich vorstellen und begrüßen, nach dem Weg fragen, einkaufen oder etwas in einem Restaurant bestellen; auch nachfragen, wenn Sie etwas nicht verstehen. Grammatik lernen Sie im Kontext der Anwendung.

Lernen in entspannter Atmosphäre

Für erfolgreiches Lernen ist eine gute Beziehung zwischen Lernenden und Lehrenden wichtig. Wer lernt, macht auch Fehler – und um aus Fehlern lernen zu können, braucht man Respekt und Vertrauen innerhalb der Lerngruppe, das wissen unsere Lehrkräfte. Beim Lernen einer Fremdsprache ist häufiges Wiederholen und Üben wichtig, nicht nur im Unterricht, sondern auch darüber hinaus. Dazu geben wir Ihnen gerne Tipps und Hinweise.

Jede(r) lernt anders

Lernen Sie schnell oder langsam? Haben sie schon Erfahrung beim Lernen einer Fremdsprache oder beginnen Sie ganz neu? Möchten Sie „kleine Häppchen“ über einen längeren Zeitraum oder lieber „komprimiertes Lernen“ in kurzer Zeit? Lernen Sie gerne in einer größeren Gruppe oder ist Ihnen die Kleingruppe wichtig? Unser Kursangebot umfasst Semesterkurse und Intensivkurse, Wochenenden oder Wochenkurse, und alles kann miteinander kombiniert werden. Lassen Sie sich von uns beraten.

Sprache und Kultur

Mit der fremden Sprache lernen Sie auch eine neue Kultur kennen: Küche und Essgewohnheiten, Feiertage und festliche Bräuche, Literatur und Musik, Kulturdenkmäler und historische Ereignisse. Sichtweisen der anderen sind immer auch eine Herausforderung an einen selbst zur Bewusstmachung eigener Werte und Normen, die das Denken und Handeln prägen. Rund um das Sprachenlernen bieten wir Ihnen auch die Möglichkeit, sich mit interkulturellen Fragen auseinander zu setzen.

Fotos: Archiv VHS

Fachberatung: Christiane Janssen, Tel. 2412-108, Dieter Lurz, Tel. 2412-110,
Ursula Martens-Berkenbrink, Tel. 2412-101, Wilhelmine Berg, Tel. 2412-455

„Ich kann…“ – Die Niveaustufen des Europäischen Referenzrahmens

Wir gliedern unsere Fremdsprachenkurse nach den Niveaustufen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens GER von A1 für Anfänger bis C2 für Lernende mit fast muttersprachlicher Kompetenz.

A Elementare Sprachverwendung	B Selbstständige Sprachverwendung	C Kompetente Sprachverwendung
A1 A2	B1 B2	C1 C2

Mit dem GER wurden neue Maßstäbe für das Lehren und Lernen von Fremdsprachen gesetzt: Entscheidend ist, was eine Person in der Fremdsprache verstehen oder mitteilen kann, wie differenziert und komplex sie sich in konkreten Kommunikationssituationen verständigen kann. Die Beschreibung der Kompetenzstufen hilft, den eigenen Stand einzuschätzen und den passenden Einstieg zum Lernen zu finden. Versuchen Sie es selbst! Natürlich stehen wir Ihnen auch für Beratungsgespräche zur Verfügung und zu einigen Sprachen bieten wir Ihnen Einstufungstests an.

Kompetente Sprachverwendung	C2	Ich kann praktisch alles, was ich lese oder höre, mühelos verstehen. Ich kann Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben. Ich kann mich spontan sehr flüssig und genau ausdrücken, auch zu komplexeren Sachverhalten.
	C1	Ich kann ein breites Spektrum anspruchsvoller, längerer Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen. Ich kann mich spontan und fließend ausdrücken, ohne erkennbar nach Worten suchen zu müssen und die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben wirksam und flexibel gebrauchen. Ich kann mich strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern und meine Ansichten angemessen schriftlich formulieren.
Selbstständige Sprachverwendung	B2	Ich kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. Ich kann mich spontan und fließend äußern, so dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung gut möglich ist. Ich kann mich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern. Ich kann einen detaillierten Text verfassen.
	B1	Ich kann die Hauptpunkte in Texten und Reden verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Ich kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet und mich zu vertrauten Themen und persönlichen Interessengebieten äußern. Ich kann auch eigene Ziele, Hoffnungen, Ansichten und Pläne beschreiben und begründen. Ich kann meine Ansichten und Erfahrungen auch schriftlich formulieren, z.B. in einem persönlichen Brief.
ElementareSprachverwendung	A2	Ich kann Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen (z.B. Informationen zu Familie, Einkaufen, Arbeit). Ich kann mich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen einfachen und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht. Ich kann einfache Mitteilungen und einen kurzen persönlichen Brief schreiben
	A1	Ich kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden, die auf die Befriedigung konkreter Bedürfnisse zielen. Ich kann mich vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen – z. B. wo sie wohnen, was für Leute sie kennen – und ich kann auf Fragen dieser Art Antwort geben. Ich kann einfache Informationen notieren und einen Urlaubsgruß schreiben.

international – kommunikativ – zielorientiert

Wir bieten Ihnen während des ganzen Jahres Intensivkurse auf allen Niveaustufen, vom absoluten Anfänger bis zu fast perfekten Deutsch-Kenntnissen, für den Alltag, für den Beruf, für ein Studium, für eine Weiterbildung, oder einfach so. Unsere Kurse sind international zusammengesetzt, die Kurssprache ist Deutsch. Das ermöglicht Ihnen vom ersten Kurstag an eine natürliche Kommunikation in Ihrer neuen Sprache.

Den Einstieg erleichtern wir Ihnen durch vielfältige Aufgaben und Übungen und eine authentische, lebendige Sprache, die Sie unmittelbar auch außerhalb des Kurses anwenden können.

Bei uns lernen Sie Wortschatz, Grammatik, Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben in einem kommunikativen Zusammenhang. Der Erfolg stellt sich meist schnell ein und mit ihm die Freude am Weiterlernen.

Wir verwenden ausschließlich aktuelle Lehr- und Lernmaterialien, die dem international anerkannten Standard des Europäischen Referenzrahmens entsprechen.

Kurszeiten

Unsere Intensivkurse dauern pro Stufe sechs oder acht Wochen. Kurszeiten: montags bis freitags von 8.30 bis 12.30 Uhr oder von 13.30 bis 17.30 Uhr..

Weltweit anerkannte Sprachprüfungen

Sie wünschen oder benötigen einen Nachweis Ihrer Deutsch-Kenntnisse? Bei uns können Sie folgende Prüfungen ablegen bzw. sich darauf vorbereiten:

- Goethe Zertifikat A1 (Start Deutsch A1) ,
- Goethe-Zertifikate B1 (ZD), B2, C1, C2
- Deutsche Sprachprüfung für den Hochschulzugang ausländischer Studienbewerber (DSH)

Angenehme Atmosphäre

Unsere Intensivkurse haben eine überschaubare Gruppengröße (in der Regel maximal 18 Personen) und ein möglichst homogenes Sprachniveau der Teilnehmerinnen und Teilnehmer. So können Sie das, was Sie gerade lernen, gleich anwenden und finden schnell Kontakt.

Unsere Kursräume liegen im Zentrum der Stadt an einer ruhigen Seitenstraße. Sie sind mit allen für einen modernen Sprachunterricht erforderlichen Medien ausgestattet. Beliebte Treffpunkte sind (bei schönem Wetter) unser Schulhof und (immer!) unsere Cafeteria, in der Sie günstig Getränke und kleine Speisen kaufen können. Unsere Kursleiterinnen und Kursleiter geben Ihnen gern Tipps, wie und wo Sie außerhalb des Kurses weiterlernen, Bücher ausleihen oder in Braunschweig und Umgebung etwas unternehmen können.

Kursleitung

In jedem Kurs unterrichten zwei Kursleiterinnen oder Kursleiter, die sich abwechseln und ergänzen. So hören Sie von Beginn an verschiedene Sprechweisen und lernen verschiedene Unterrichtsstile kennen. Alle unsere Lehrenden haben eine entsprechende Ausbildung und meist umfangreiche Erfahrung im Fremdsprachenunterricht mit Erwachsenen. Um stets auf dem aktuellen Stand zu bleiben, bilden sie sich regelmäßig weiter.

Sommerkurse

Unsere Intensivkurse finden auch während der Sommermonate Juli und August statt. Nach vorheriger Absprache können Sie auch einen kürzeren Zeitraum buchen. Alle Sommerkurse finden vormittags statt. Der Nachmittag steht zur freien Verfügung.

Visum

Wenn Sie für die Teilnahme an unseren Deutsch-Intensivkursen ein Visum beantragen müssen, geben Sie das bitte bei der Anmeldung an. Unsere Kurse haben mit 25 Unterrichtseinheiten pro Woche die erforderliche Mindeststundenzahl und wir stellen Ihnen gern eine Anmeldebescheinigung aus, die Sie dann zusammen mit den anderen Unterlagen bei dem für Sie zuständigen deutschen Konsulat einreichen.

Fotos: Archiv VHS

Unser Team:

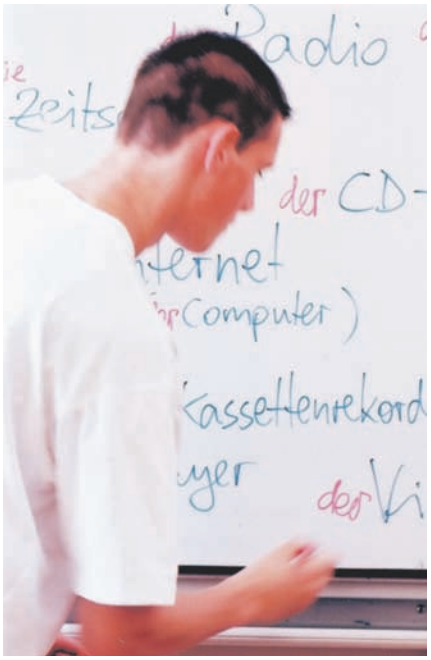
Erika Behr, Marita Büchs, Ulrike Burghardt-Krause, Ute Debelius, Birgit Ehlbeck, Uschi Flegel, Nadja Fürstenberg, Gudrun Hock, Susanne Jürgens-Fieberg, Arite Kölsch, Lena Kreie, Kai Kröger, Françoise Lefranc, Hanna Löhmann, Monika Loß, Antje Müller, Gudrun Nickel, Elena Sabuga, Andrea Sapalidis, Marie-Josée Schade, Angelika Schulz, Stefanie Ullrich, Stephanie Valentin

In Deutschland studieren: DSH-Vorbereitung

Für ein Studium an einer deutschen Hochschule benötigen Sie in der Regel eine in Deutschland anerkannte Hochschulzugangsberechtigung (z.B. das Abitur) und einen Nachweis ausreichender deutscher Sprachkenntnisse, z. B. durch eine bestandene DSH-Prüfung.

Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten C1-Kenntnissen bieten wir Vorbereitungskurse auf die Deutsche Sprachprüfung für den Hochschulzugang ausländischer Studienbewerber (DSH) an. Zum Ende des Kurses können Sie die DSH bei unserem Kooperationspartner, der Ostfalia Hochschule Braunschweig / Wolfenbüttel ablegen. Wenn Sie die Prüfung bestehen, erhalten Sie darüber ein Zeugnis, das an jeder deutschen Hochschule gilt..

Fotos: Archiv VHS



Beratung und Einstufung

Wir informieren und beraten Sie gern ausführlich, kostenlos und unverbindlich über unser Angebot und empfehlen Ihnen die für Sie passenden Kurse und Prüfungen Wenn mal etwas nicht so gut läuft, wie es sollte, sagen Sie es uns bitte. Wir möchten, dass Sie gut lernen und sich im Kurs wohl fühlen. Vereinbaren Sie gern einen Termin mit uns!

Wir sprechen Ihre Sprache

Nach vorheriger Absprache bieten wir Ihnen auch individuelle Beratungen in Englisch, Französisch, Griechisch, Polnisch, Rumänisch, Russisch, Spanisch, Türkisch u. a. an.

Information und Anmeldung

Unsere Informationsbroschüre liegt in Deutsch, Englisch, Französisch, Polnisch oder Spanisch für Sie bereit, ebenso unsere aktuelle Kurs-Übersicht mit Terminen, Preisen und Teilnahmebedingungen. Zu Ihrer Orientierung: Ein achtwöchiger Intensivkurs kostet derzeit 512,- € zuzüglich ca. 30,- € für die Lehrbücher.

Kontakt

Für ein ausführliches Informations- und Beratungsgespräch sowie zur Anmeldung erreichen Sie uns persönlich am besten Dienstag und Donnerstag von 10-12 Uhr, Dienstag 14-18 Uhr (nicht in den Schulferien).

Vereinbaren Sie bitte einen Termin:

Telefon +49 531 2412-0 / -109
info@vhsinternational.de

Sie finden uns auch im Internet:
www.vhsinternational.de

FAMILIENURLAUB
Packen Sie einfach Ihre Familie ein ...
... alles andere erledigen wir
Machen Sie es sich doch einfach! Sie packen nur noch Ihre Koffer, um alles andere kümmern wir uns — vom Preis- und Qualitätsvergleich bis zum Familienausflug vor Ort.
Mit über 450 Reisebüros ist DERPART einer der führenden Reisevertriebe Deutschlands. Profitieren Sie davon!
Unsere langjährige Erfahrung macht uns zu Ihrem kompetenten und objektiven Reisepartner. Jederzeit. Testen Sie uns!
DERPART
Beratung nehmen wir persönlich
DERPART Reisebüro · Casparistr. 1 · 38100 Braunschweig · derpartbs@derpart.com · www.derpart.com/braunschweig

Deutsch als Fremdsprache Stufe A1

Lehrbuch: studio d A1
Kurs- und Übungsbuch
Cornelsen Verlag

EDF11 Sarah Korsch
Lerngruppe: 10 bis 20 Personen
Mo + Do, 18.15 - 21.00 Uhr
ab 10. Februar 2014
30 Termine, 100 Unterrichtsstunden, 245,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B117

Deutsch als Fremdsprache Stufe A2 Teil 1

Lehrbuch: studio d A2
Kurs- und Übungsbuch
Cornelsen Verlag

EDF14 Ursula Weber
Lerngruppe: 10 bis 20 Personen
Mo + Mi, 18.15 - 21.00 Uhr
ab 10. Februar 2014
30 Termine, 100 Unterrichtsstunden, 245,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B110

Deutsch als Fremdsprache Stufe A2/B1

Lehrbuch: studio d A2 und studio d B1
Kurs- und Übungsbuch
Cornelsen Verlag

EDF17 Iryna Zaytseva, N.N.
Lerngruppe: 10 bis 20 Personen
Di + Do, 18.15 - 21.00 Uhr
ab 11. Februar 2014
30 Termine, 100 Unterrichtsstunden, 245,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Untergeschoss Raum B009

Deutsch als Fremdsprache Stufe B1 Teil 2

DTZ

Der Kurs bereitet auf die Prüfung zum DTZ vor (Nachweis von Sprachkenntnissen auf der Stufe B1 GER).

Lehrbuch: studio d B 1
Kurs- und Übungsbuch, Cornelsen Verlag
Prüfung im Juni 2014.
Die genauen Termine erfragen Sie bitte bei der Anmeldung. Teilnahme freiwillig.
Gebühr 120,- €

EDF20 Angela Goldkamp
Lerngruppe: 10 bis 20 Personen
Mo + Mi, 18.15 - 21.00 Uhr
ab 10. Februar 2014
30 Termine, 100 Unterrichtsstunden, 245,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B111

Deutsch als Fremdsprache Stufe B2 Teil 1

Voraussetzung für die Teilnahme sind gute Deutschkenntnisse auf der Stufe B1.

Lehrbuch: Aspekte
Lehr- und Arbeitsbuch 2 Teil 1
Klett-Langenscheidt Verlag

EDF23 Oliver Höher
Lerngruppe: 10 bis 20 Personen
Mo + Mi, 18.15 - 21.00 Uhr
ab 10. Februar 2014
30 Termine, 100 Unterrichtsstunden, 245,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B109

Deutsch als Fremdsprache Stufe B2 Teil 2

Goethe-Zertifikat B2

Voraussetzung für die Teilnahme sind gute Deutschkenntnisse auf der Stufe B2 Teil 1.

Der Kurs bereitet auf die Prüfung zum Goethe-Zertifikat B2 vor.

Lehrbuch: Aspekte
Lehr- und Arbeitsbuch 2 Teil 2
Klett-Langenscheidt Verlag
Prüfung:
Termine werden im Kurs genannt.
Teilnahme freiwillig. Gebühr 150,- €

EDF26 Renate Stapel
Lerngruppe: 10 bis 20 Personen
Di + Do, 18.15 - 21.00 Uhr
ab 11. Februar 2014
30 Termine, 100 Unterrichtsstunden, 245,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B214

Deutsch als Fremdsprache Stufe C1 Teil 1

Voraussetzung für die Teilnahme sind gute Deutschkenntnisse auf dem Niveau des Goethe-Zertifikats B2.

Lehrbuch: Aspekte
Lehr- und Arbeitsbuch 3 Teil 1
Klett-Langenscheidt Verlag

EDF29 N.N.
Lerngruppe: 10 bis 20 Personen
Mo + Mi, 18.15 - 21.00 Uhr
ab 10. Februar 2014
30 Termine, 100 Unterrichtsstunden, 245,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B107

Deutsch als Fremdsprache Stufe C1 Teil 2

Goethe-Zertifikat C 1

Voraussetzung für die Teilnahme sind gute Deutschkenntnisse auf der Stufe C1 Teil 1.

Der Kurs bereitet auf die Prüfung zum Goethe-Zertifikat C1 vor.

Lehrbuch: Aspekte
Lehr- und Arbeitsbuch 3 Teil 2
Klett-Langenscheidt Verlag
Prüfung:
Termine werden im Kurs genannt.
Teilnahme freiwillig. Gebühr 170,- €

EDF32 Gabriele Klingebiel
Lerngruppe: 10 bis 20 Personen
Mo + Mi, 18.15 - 21.00 Uhr
ab 10. Februar 2014
30 Termine, 100 Unterrichtsstunden, 245,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B206

Deutsch als Fremdsprache Stufe C2

Goethe-Zertifikat C 2

Voraussetzung für die Teilnahme sind sehr gute Deutschkenntnisse auf dem Niveau des Goethe-Zertifikats C1. Der Kurs bereitet auf die Prüfung zum Goethe-Zertifikat C2 / Großes Deutsches Sprachdiplom vor.

Prüfungslektüre:
Christa Wolf, Sommerstück, Erzählung
Suhrkamp Verlag.
Prüfung: Juli und Dezember 2014.
Teilnahme freiwillig.
Gebühr wird im Kurs genannt.
Die Anmeldung ist nur nach persönlicher Einstufung möglich.

EDF35 Andreas Klepp
Lerngruppe: 10 bis 14 Personen
Di, 18.00–21.15 Uhr
ab 11. Februar 2014
sowie 3 Termine Sa, 09.30–15.00 Uhr
nach Vereinbarung
18 Termine, 78 Unterrichtsstunden, 244,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B118

Internationale Filme

A touch of Sin / Tian Zhu Ding
von Jia Zhang, China 2013

Originalversion mit Untertiteln
So, 23. Februar 2014, 17.00 Uhr
7 €
Universum-Kino
BEIL05 *Anmeldung erforderlich*

Eine Kooperation der Volkshochschule mit dem
UNIVERSUM Filmtheater

» Zahlt sich aus:
Die Bildungsprämie

Möchten Sie einen Zuschuss zu Ihrem Kurs? Vielleicht haben Sie Anspruch auf die staatliche Bildungsprämie? Lassen Sie sich beraten! Weitere Informationen s. Seite 9.

Integration ist uns ein Anliegen

Berufsbezogene Deutschförderung

Kurse zur berufsbezogenen Sprachförderung für Menschen mit Migrationshintergrund, die Arbeit suchen oder in ihrem Beruf weiterkommen möchten, werden unter Leitung der VHS Braunschweig in Braunschweig und Region angeboten. Die Kurse werden vom Europäischen Sozialfond (ESF) gefördert und vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) organisiert.

Inhalte der Kurse

Berufsbezogener Sprachunterricht, Fachunterricht, Betriebsbesichtigungen und Praktikum. Ein Kurs dauert sechs Monate und umfasst 730 Stunden.

Kooperationspartner in der Region

Arbeit und Leben, Oskar-Kämmer-Schule, Volkshochschulen Gifhorn, Helmstedt, Peine, Salzgitter, Wolfenbüttel, Wolfsburg

Ansprechpartnerin: Wilhelmine Berg
Kontakt: wilhelmine.berg@vhs-braunschweig. de

Bundesamt für Migration und Flüchtlinge
ESF Europäischer Sozialfonds für Deutschland
EUROPÄISCHE UNION

Einbürgerungstest und DTZ (B1-Nachweis) zum Erwerb der deutschen Staatsbürgerschaft

Die Volkshochschule organisiert den Einbürgerungstest sowie die Sprachprüfung DTZ. Informationen zu Terminen und Kosten erhalten Sie in der Volkshochschule.

Einbürgerungstest
Der Einbürgerungstest wird monatlich angeboten. Termine finden Sie im Internet.

Vorbereitungskurs
Einen Vorbereitungskurs bieten wir einmal pro Semester an; bitte erfragen Sie den Termin.

Den Fragenkatalog finden Sie im Internet: Einbürgerungstest/Gesamtkatalog online.

Prüfung DTZ für die Einbürgerung
Die Prüfung DTZ sowie ein obligatorisches Seminar zur Vorbereitung bieten wir fünfmal im Jahr an.
Informationen zur Prüfung:
www.telc.net

Integrationskurse

Wir sind vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) als Träger von Integrationskursen zugelassen und bieten Ihnen ein breitgefächertes Angebot, zugeschnitten auf Ihre individuellen Bedürfnisse und Lernvoraussetzungen:

- Kurse tagsüber mit 25 Unterrichtsstunden wöchentlich, Standardtempo
- Kurse mit Alphabetisierung
- Abschlussprüfung Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)
- Politisch-gesellschaftliche Orientierungskurse mit Abschlusstest

Die Kursgebühr wird teilweise vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge übernommen, für Empfänger von Arbeitslosengeld II sind die Kurse kostenlos.

Sie haben Fragen zu unserem Angebot? Sie möchten sich anmelden?
Wir informieren Sie gern ausführlich und helfen Ihnen bei der Antragstellung.

Sie erreichen uns am besten persönlich
Dienstag und Donnerstag von 10.00 bis 12.00 Uhr
Dienstag von 14.00 bis 18.00 Uhr.

Bitte vereinbaren Sie einen Termin:

Telefon 0531 2412-0 / -109
info@vhsinternational.de

Integrationskurse gefördert vom
Bundesamt für Migration und Flüchtlinge

Das Kurssystem Englisch im Überblick

GER/CEF-Level C1	Preparing Cambridge Certificate in Advanced English (CAE)	English Conversation Advanced	Business English Advanced	Intensivkurs/Bildungsurlaub Business English Advanced	
GER/CEF-Level B2	Preparing Cambridge First Certificate (FCE9	Preparing TOEFL Preparing IELTS	English Conversation Upper Intermediate	Business English Upper Intermediate	Intensivkurs/ Bildungsurlaub Upper Intermediate
GER/CEF-Level B1	English Level B1 Teil 1 bis Teil 4	English Refresher B 1	English Conversation Intermediate	Business English Intermediate	Intensivkurs/ Bildungsurlaub Conversation B1+ Business English Level B1
GER/CEF-Level A2	English Level A2 Teil 1 bis Teil 4	English Refresher A2	English Conversation Pre-Intermediate	Business English Pre-Intermediate	Intensivkurs/ Bildungsurlaub Alltagssprache A2 / B1 Business English Level A2
GER/CEF-Level A1	English Level A1 Teil 1 und Teil 2		Kurse für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, die noch einmal von vorne beginnen möchten		Intensivkurs/ Bildungsurlaub Alltagssprache A1
	English Level A1 Starter Teil 1 und Teil 2		Kurse für Anfänger ohne Vorkenntnisse		

Unsere Kurse finden Sie in dieser Reihenfolge:

English Level A1
English Level A2
English Refresher A2
English Conversation Elementary A2/A2+
English Level B1
English Refresher B1
English Conversation Intermediate B1/B1+
English Exams – Information
English Upper Intermediate Level B2
English Advanced Level C1
Kurse für Schülerinnen und Schüler
Bildungsurlaub Englisch Alltagssprache A1 bis B2
Business English Crash Courses A2 bis B2
Business English Evening Courses

Fachberatung: Ursula Martens-Berkenbrink, Tel. 2412-101
Sachbearbeitung: Janina Ahl, Tel. 2412-109

Wie finde ich den richtigen Kurs?

Auf der Suche nach einem passenden Kurs ist die erste Frage, welche Vorkenntnisse Sie haben und welche Stufe als Einstieg geeignet ist.

Dabei gilt folgende Orientierung:

Keine Vorkenntnisse im Englischen – Einstieg Level A1 Starter
Englisch in der Schule aber vieles Vergessen – Level A1
Englisch in der Schule – 5 oder 6 Jahre – entspricht Level A2
Englisch in der Schule - 8 oder 9 Jahre – entspricht Level B1/B1+
Englisch im Abitur als Leistungsfach entspricht Level B2 /B2+

Wie gut sind meine Vorkenntnisse heute?

Bei der Beantwortung dieser Frage hilft Ihnen ein Einstufungstest. Sie finden Angebote dazu im Internet unter www.vhs-braunschweig.de / Sprachen und mehr Kursprogramm / Englisch / Einstufung und Beratung. Sie müssen sich bei dem jeweiligen Test anmelden und sich ein Passwort geben; das Verfahren ist kostenlos.

Wann habe ich Zeit?

Die Standardkurse sind am Abend, es gibt aber auch Angebote am Vor- und Nachmittag. Auch Wochenendkurse werden angeboten oder Kurse über eine komplette Woche. Diese Kurse sind auch als Bildungsurlaub anerkannt.

Mein Recht auf Bildungsurlaub

Kursangebote finden Sie für Englisch Alltagssprache in Ferienzeiten und Business English über das Jahr verteilt. Die Kurse werden jeweils auf einer bestimmten Niveaustufe angeboten.

Nutzen Sie unsere Fachberatung Englisch

Montags von 15:00 bis 17:00 Uhr
in der Alten Waage, Raum 1.02.

Weitere Auskünfte oder Terminvereinbarungen sind telefonisch zu unseren Geschäftszeiten möglich.

English Level A1

Die Kurse der Stufe A1 ermöglichen Ihnen, in ein bis vier Semestern das Level A1 des Europäischen Referenzrahmens (GER /CEF) zu erreichen: Entlang konkreter Alltagssituationen werden Wortschatz und Strukturen erarbeitet und Dialoge geübt, so dass Sie am Ende einfache Alltagskommunikation in vertrauten Situationen bewältigen können.

English Level A1 Starter

Die Kurse Level A1 Starter richten sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Sie können den Starter in zwei Semestern (Starter Teil 1 und Teil 2) bearbeiten oder im Schnellkurs in einem Semester (Starter A1 Schnellkurs).

English Level A1 Starter - Schnellkurs - Intensiv

Ein Kurs für Lernende, die in kurzer Zeit Grundkenntnisse in der englischen Sprache erwerben möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Kurs umfasst zwei Unterrichtsabende in der Woche, so dass Sie das Level A1 in einem Semester erarbeiten können.

Lehrbuch:
Headway CEFR edition Level A1
Student's Book and Workbook with CDs
Oxford University Press

EEA01 Martin Grützner
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di + Do, 19.45 - 21.15 Uhr
ab 11. Februar 2014
30 Termine, 60 Unterrichtsstunden, 161,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

English Level A1 Starter Teil 1

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse. Sie erarbeiten den Starter in zwei Semestern. Eine intensive Schulung des Hörverstehens, des Sprechens und der Aussprache mit gleichzeitiger Vermittlung von Grammatik und Wortschatz.

Lehrbuch: Network Now A1 Starter
Langenscheidt Verlag, ab Unit 1
EEA03 Tarida Witte
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mi, 18.00–19.30 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B208

English Level A1 Starter Teil 2

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen aus einem Semester VHS oder anders erworben. Sie erarbeiten den Starter in zwei Semestern.

Lehrbuch: Network Now A1 Starter
Langenscheidt Verlag, ab Unit 4

EEA05 Dorothea Schäfer
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di, 18.00–19.30 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B114

Unsere Kursleiter/-innen

... haben alle eine entsprechende Ausbildung und meist umfangreiche Erfahrung im Unterricht mit Erwachsenen.

English Level A1

English Level A1 Teil 1

Ein Kurs für Anfänger mit Vorkenntnissen oder für Wiederholer von Grund auf. Eine intensive Schulung des Hörverstehens, des Sprechens und der Aussprache mit gleichzeitiger Vermittlung von Grammatik und Wortschatz wird vermittelt.

Lehrbuch: Network Now A1
Student's book und Audio-CDs
Klett-Langenscheidt Verlag, ab Unit 1

EEA07 Angelika Oltmanns
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di, 18.00–19.30 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B113

EEA08 Tarida Witte
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mi, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B208

English Level A1 Teil 2

Ein Kurs für Anfänger mit Vorkenntnissen aus drei Semestern VHS oder anders erworben. Eine intensive Schulung des Hörverstehens, des Sprechens und der Aussprache mit gleichzeitiger Vermittlung von Grammatik und Wortschatz wird erarbeitet.

Lehrbuch: Network Now A1
Student's book und Audio-CDs
Klett-Langenscheidt Verlag, ab Unit 4
EEA09 Gabriele Schürmann
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 10.15 - 11.45 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.16

EEA11 Dorothea Schäfer
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Do, 18.00–19.30 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B213

English Level A1 Teil 2

Ein Kurs für Anfänger mit Vorkenntnissen, die ein langsames Lerntempo bevorzugen. Auch Quereinsteiger sind willkommen.

Network Now A1
Student's book und Audio-CDs
Klett-Langenscheidt Verlag, ab Unit 3

EEA12 Arnd Nadolny
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mo, 18.00–19.30 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B208

English Level A1 Teil 3

Ein Kurs für Anfänger mit Vorkenntnissen, die ein langsames Lerntempo bevorzugen. Auch Quereinsteiger sind willkommen

Network Now A1
Student's book und Audio-CDs
Klett-Langenscheidt Verlag, ab Unit 5

EEA13 Esmé Sonia Nolte
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 10.15 - 11.45 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

English Level A1

for Seniors

Wir arbeiten mit einem Lehrbuch, das speziell für Senioren entwickelt wurde. Ein Schwerpunkt liegt auf typischen Gesprächssituationen über Familie, Freunde, Freizeit und Alltagsleben. In interessanten Situationen werden die wichtigsten grammatischen Strukturen und der Grundwortschatz vermittelt. Geringe Vorkenntnisse werden erwaret.

Lehrbuch: Silver Sterling 1 New Edition
Cornelsen Verlag, ab Unit 20

EEA15 Beate Mantey
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 14.00–15.30 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

© privat

English Level A1

Zwei Wochenenden

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die schnell ein Grundwissen der Englischen (Welt)Sprache erwerben möchten. Wir werden über Grammatik und Basisvokabular sprechen, „Smalltalk" einüben sowie typische Redewendungen kennen lernen, wie sie z. B. im Urlaub gebräuchlich sind. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Lehrmaterial wird im Unterricht genannt.

EEA17 Martin Grützner
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Anmeldung bis zum 18.04.2014
Fr 25. - So 27. April 2014
Fr 09. - So 11. Mai 2014
Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 10.00–15.15 Uhr
So, 10.15 - 14.30 Uhr
6 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.15

English Level A2

Sie verfügen über Sprachkompetenzen auf dem Level A1 des Europäischen Referenzrahmens und möchten Ihre Sprachfertigkeiten erweitern? Die Kurse der Stufe A2 Teil 1 bis Teil 4 geleiten Sie in vier Semestern zum Level A2 des GER/ CEFR. Ihre Ausdrucksweise wird komplexer, die Themen, über die Sie sich äußern können, werden vielfältiger und Ihr Mut zum aktiven Sprechen nimmt zu. Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, wenn es um den direkten Informationsaustausch und vertraute Dinge geht. Im Schnellkurs - Intensiv erarbeiten Sie den Stoff in einem Semester.

English Level A2 Schnellkurs - Intensiv

Ein Kurs für Lernende, die in kurzer Zeit ihre Grundkenntnisse in der englischen Sprache vertiefen und erweitern möchten. Vorkenntnisse auf dem Level A1 sind erforderlich. Der Kurs umfasst zwei Unterrichtsabende in der Woche, so dass Sie das Level A2 in einem Semester erarbeiten können.

Lehrbuch:
Headway CEFR Edition Level A2
Student's Book and Workbook with CD
Oxford University Press.

EED01 Martin Grützner
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mo + Mi, 18.00–19.30 Uhr
ab 10. Februar 2014
30 Termine, 60 Unterrichtsstunden, 161,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B116

English Level A2 Teil 1

Vorkenntnisse auf dem Stand English Level A1 werden erwartet.

Lehrbuch: Network Now A2.1
Klett Langenscheidt Verlag, ab Unit 2/3

EED02 Dorothea Schäfer
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mi, 18.00–19.30 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.15

English Level A2 Teil 1

Vorkenntnisse auf dem Stand English Level A1 werden erwartet.

Lehrbuch: Network Now A2.1
Klett Langenscheidt Verlag, ab Unit 2
EED03 Beate Mantey
Lerngruppe: 8 bis 15 Personen
Do, 08.30–10.00 Uhr
ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 90,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

English Level A2 Teil 1

Ein Fortsetzungskurs für Lernende, die ca fünf Semester VHS absolviert haben. Gute

Vorkenntnisse auf dem Stand English Level A1+ werden erwartet.

Lehrbuch: English Network 2 New Edition
Klett - Langenscheidt Verlag, Unit 3 /4 plus Reading material Short Stories Level A2.

EED05 Ingeborg Mann
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 16.00–17.30 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

English Level A2 Teil 2

Vorkenntnisse auf dem Stand English Level A2 Teil 1 werden erwartet.

Lehrbuch: Network Now A2.1
Klett Langenscheidt Verlag, ab Unit 4
EED07 Dorothea Schäfer
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 15.30–17.00 Uhr
ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

English Level A2 Teil 2

Ein Fortsetzungskurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen auf Level A1/A2; geeignet auch für Quereinsteiger mit entsprechendem Kenntnisstand. Besonders geeignet für Lernende, die ein langsames Tempo bevorzugen.

Lehrbuch: Network Now A2.1
Klett - Langenscheidt Verlag
ab Unit 6

EED09 Angelika Oltmanns
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mi, 18.00–19.30 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B112

English Level A2 Teil 2

Ein Fortsetzungskurs für Lernende mit guten Kenntnissen auf Level A2 Teil 1.

Lehrbuch: English Network 2 New Edition
Langenscheidt Verlag, ab Unit 5

EED11 Ingeborg Mann
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 18.00–19.30 Uhr
ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

English Level A2 Teil 3

Fortsetzungskurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen auf Level A2 ; geeignet auch für Quereinsteiger mit entsprechendem Kenntnisstand.

Lehrbuch: Network Now A2.2
Klett - Langenscheidt Verlag, ab Unit 1

EED13 Diana Amann
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di, 19.45 - 21.15 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B109

English Level A2 Teil 3

Vorkenntnisse auf Level A2 Teil 2 werden erwartet.

Lehrbuch: English Network 3 New Edition
Klett - Langenscheidt Verlag, ab Unit 5

EED19 Beate Mantey
Lerngruppe: 8 bis 15 Personen
Fr, 10.15 - 11.45 Uhr
ab 14. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 90,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

Brush up your English Level A2

Ein Wiederholungskurs für Teilnehmende aus den letzten Semestern, auch für Quereinsteiger offen. In Alltagssituationen den sprachlichen Ausdruck zu üben, die dazu notwendige Grammatik und den Wortschatz einzusetzen, das ist das Ziel des Kurses.

Lehrbuch: A New Start Refresher A2
Cornelsen Verlag

EED21 Dorothee Hermann
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Do, 18.00–19.30 Uhr, ab 20. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B118

Brush up Your English - Teil 2

This is a refresher course for students who have worked on A2 level or have an equivalent knowledge of English. We will revise some grammar problems and practise conversation skills.

Lehrbuch: Brush up A2
Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CD
Hueber Verlag, ca ab Unit 6

EED23 Marlis Schmincke
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 10.15 - 11.45 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.13

English Level A2 for Seniors

Vorkenntnisse auf Level A2 Teil 1 werden erwartet.
Lehrbuch:
Straightforward Pre-Intermediate
Student's Book with CD-Rom
Hueber Verlag

EED25 Beate Mantey
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Fr, 08.30–10.00 Uhr, ab 14. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

English Refresher

English Refresher A2

Sie haben Englisch in der Schule (5 bis 6 Jahre) oder Weiterbildung gelernt, spüren aber deutliche Lücken und möchten diese schnell schließen. Der Kurs bietet Ihnen einen Schnelldurchgang durch die englische Sprache auf dem Level A2. Sie wiederholen Wortschatz und Strukturen und wenden diese beim Lesen, Hören, Sprechen und Schreiben an.

Lehrbuch: English Network New Edition
Refresher A2, Klett - Langenscheidt Verlag

EED30 Diana Amann
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B205

EED33 Diana Amann
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 18.00–19.30 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B109

English Conversation Elementary Level A2/A2+

These are courses for those who have had at least six years of English at school or six sem. at VHS and have a fairly good command of the language to communicate in the most common everyday situations. The main aim of these courses is to build up vocabulary and grammatical competence and thus strengthen the ability to use the language efficiently and with ease. Participants should have reached the A2 Level of the CEFR.

Easy Steps in Conversation

Easy conversation in everyday situations in a friendly atmosphere.
Teaching material:
Headway CEFR Edition Level B1 Part 2
Student's Book and Workbook with CDs
Oxford University Press

EED40 Christa Webster
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 10.15 - 11.45 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

First Steps in Conversation for Seniors

Lehrbuch: Straightforward Pre-Intermediate, Hueber Verlag

EED43 Beate Mantey
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 10.15 - 11.45 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

First Steps in Conversation

This is a course for those who have had at least six years of English at school and have a fairly good command of the language and are able to communicate in most everyday situations.

Teaching material will be announced in class.

EED45 Gisela Holtkamp-Endemann
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 10.15 - 11.45 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

Conversation Elementary

Teaching material: Headway CEF Edition Level B1 Part 1; Student's Book with CDs, Workbook with CD, Oxford University Press

EED47 Christa Webster
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 10.15 - 11.45 Uhr. ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

Conversation and Discussion, News and Entertainment

This course will give you the opportunity, skills and confidence that you need to take part in an English conversation in an everyday context and about the news and the world of entertainment. You will get plenty of opportunities to consolidate and practise your English, talk about current topics, learn about cultural differences, revise some grammar, learn useful conversation strategies, and contribute your own ideas in a relaxed atmosphere.

Teaching material will be provided in class.

EED49 Diana Amann
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 18.00–19.30 Uhr
ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B109

Weekend Conversation A2/B1

This course will help you to become a more confident speaker of English. We will talk about different topics, e.g. the news and the media, entertainment, and travelling. You will get plenty of opportunities to consolidate and practise your English. In addition, we can revise some grammar in a relaxed atmosphere.

Teaching material will be provided in class

EED51 Diana Amann
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Sa 17. - So 18. Mai 2014
Sa 24. - So 25. Mai 2014
Sa, 10.00–14.45 Uhr
So, 10.00–14.00 Uhr
4 Termine, 22 Unterrichtsstunden, 78,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.15

English Level B1

You have reached the A2 level of the Common European Framework of Reference for Languages and you would like to improve and expand your knowledge? By attending the B1 Classes parts 1 to 4 you will be able to achieve the first level of independent language use within 4 semesters. You will learn how to understand the main points of texts covering relevant everyday topics as well as being able to participate in discussions where you express your opinions and feelings. You will also be able to deal with most situations likely to arise whilst travelling through an English-speaking country.

English Level B1 Part One - Intensive Course

This course is directed at participants who have attended the A2 intensive course as well as at new participants who would like to extend their knowledge and skills at the B1- level quickly. We'll meet twice a week and learn with fun!

Teaching material:
Headway CEFR Edition Level B1 Part One Student's Book and Workbook with CDs Oxford University Press.

EEF01 Martin Grützner
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di + Do, 18.00–19.30 Uhr
ab 11. Februar 2014
30 Termine, 60 Unterrichtsstunden, 161,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

English Level B1 Part 1/2

This course will deepen students' skills regarding speaking, writing and general understanding of English on the B1 level. A2 level knowledge is presupposed.

Teaching material:
Headway CEFR Edition Level B1 Part One Student's Book and Workbook with CDs Oxford University Press

EEF03 Martin Grützner
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mo, 19.45 - 21.15 Uhr
ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B116

Die Kosten für die angegebenen

Lehrbücher

sind nicht in der Kursgebühr enthalten. Sie können die Unterrichtsmaterialien beim örtlichen Buchhandel beziehen.

English Level B1 Part 1

You should have reached level A2 of the CERF.

Teaching material:
Headway CEFR Edition Level B1 Part One Student's Book and Workbook with CDs Oxford University Press.

EEF05 Beate Mantey
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mi, 08.30–10.00 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

Everyday English Level B1 Part 2

This course is aimed at people who have mastered the A2 level and would like to expand their knowledge of vocabulary, grammatical and conversational skills. The course offers discussions, texts and exercises on current affairs and everyday topics.

Teaching material will be announced in class.

EEF07 Hendrik Podein
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mi, 18.00–19.30 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

English Level B1 Part 3

You should have reached the first part of level B1 of the CEFR .

Teaching material:
Headway CEFR-Edition Level B1 Part Two Student's Book and Workbook with CD Oxford University Press, unit 5

EEF08 Beate Mantey
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 10.15 - 11.45 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

Everyday English Level B1 Part 3

The third part of the B1 course continues to help students to improve their vocabulary, grammatical and conversational skills on their way of reaching a B1 level. The course offers discussions, texts and exercises on current affairs and everyday topics.

Teaching material will be announced in class.

EEF09 Hendrik Podein
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di, 19.45 - 21.15 Uhr. ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B110

EEF11 Hendrik Podein
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mi, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
VHS Haus Alte Waage 15, DG Unterrichtsraum

English Refresher B1

English Refresher Level B1

This is a one-semester course for learners who have worked on Level B1 sometime before (at the VHS, school, or somewhere else) and want to revise and consolidate the most important areas of grammar and vocabulary on this level. In addition to various exercises in speaking, listening, writing and reading there will also be some opportunities for discussions about interesting and current topics in a friendly atmosphere.

Teaching material:
English Network New Edition
Refresher B1, Klett - Langenscheidt Verlag.

EEF20 Diana Amann
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 18.00–19.30 Uhr
ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B205

Brush up your English Level B1

Weekend Course

In this course, students who would like to refresh and improve their English skills will get a chance to talk, listen to and learn about customs, social language, everyday topics, and - of course - grammar and vocabulary. A2/B1 level knowledge is presupposed

Teaching material will be announced in class.

EEF23 Martin Grützner
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Anmeldung bis zum 06.06.2014
Fr 13. - So 15. Juni 2014
Fr 20. - So 22. Juni 2014
Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 10.00–15.15 Uhr
So, 10.15 - 14.30 Uhr
6 Termine, 32 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

– eine gute Geschenkidee …

English Conversation Intermediate Level B1/B1+

For these courses participants should have had English at least 7 - 8 years at school or reached the B1 level of the CEFR. They should have a good command of English to express their opinion about various aspects of daily and social life. The main goal is to bolster the students' confidence in their ability to hold their own in everyday conversation through discussion of current affairs.

First Steps in Conversation B1

In this course we will work with short texts from the magazine „Spotlight" and other sources. We will also revise some grammar and practise useful vocabulary and structures. The main aim is to practise your spoken English.

EEF30 Dorothea Schäfer
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 18.00–19.30 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B213

First Steps in Conversation Level B1

You should have reached level B1 part one of the CEFR .

Teaching material:
Headway CEFR-Edition Level B1 Part Two Student's Book and Workbook with CD Oxford University Press, Unit 6.

EEF31 Esmé Sonia Nolte
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 08.30–10.00 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Conversation plus Grammar

The main aim of this course is to build up oral and grammatical competence and thus strengthen the ability to use the language efficiently and with ease.

Teaching material will be announced in class.

EEF33 Esmé Sonia Nolte
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 08.30–10.00 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

Reading and Conversation

Teaching material will be announced in class.

EEF35 Hendrik Podein
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Fr, 08.30–10.00 Uhr, ab 14. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

Conversation Intermediate

Let's practise your communication skills based on „Spotlight" articles

EEF37 Beate Mantey
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 08.30–10.00 Uhr
ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

Conversation Intermediate

Teaching material will be announced in class.

EEF39 Ingeborg Mann
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mo, 10.15 - 11.45 Uhr
ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Conversation Intermediate

In this course we practise conversation skills based on „Spotlight" articles, consolidate grammar knowledge and read short stories or other literary works if students are interested.

EEF41 Marlis Schmincke
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di, 08.30–10.00 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.13

Conversation Intermediate

We shall be dealing with difficulties in the language that you wish to overcome - be they insecurity in conversations, grammar etc. Come and we will try to iron them out!

Teaching material will be announced in class.

EEF43 Esmé Sonia Nolte
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mi, 18.00–19.30 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

Conversation Intermediate

Interesting topics and talks help us to improve our language skills, revise grammar and acquire new vocabulary in a small group.

Teaching material:
Headway CEFR Edition Level B1 Part Two Student's Book and Workbook with CDs Oxford University Press.

EEF45 Christa Webster
Lerngruppe: 6 bis 10 Personen
Do, 08.30–10.00 Uhr, ab 13. Februar 2014
12 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

Conversation Intermediate

Teaching material will be announced in class.

EEF47 Ingeborg Mann
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 08.30–10.00 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.16

Conversation Intermediate

Brush up your English in fifteen weeks. The time will fly past. Politics, culture, history and of course GRAMMAR-all included.

Teaching material will be announced in class.

EEF49 Esmé Sonia Nolte
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 10.15 - 11.45 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

Conversation Intermediate

This course is aimed at people who have mastered the B1 level and would like to expand their knowledge of vocabulary, grammatical and conversational skills. The course offers discussions, texts and exercises on current affairs and everyday topics.

Teaching material will be announced in class.

EEF51 Hendrik Podein
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Fr, 10.15 - 11.45 Uhr, ab 14. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

Conversation Intermediate - Reading and Talking

Let's read an English book. We are a lively and active group. Do you enjoy books in simplified English and talking about them? Perfect English is not expected. New participants are welcome to join us.

Reading matter will be announced in class.

EEF53 Beate Mantey
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 10.15 - 11.45 Uhr
ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Conversation and Discussion

This is a conversation course touching on topical news, literature, politics, history and of course grammar. Not excluding any particular themes you would enjoy discussing.

Teaching material will be announced in class.

EEF55 Esmé Sonia Nolte
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di, 08.30–10.00 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

Conversation and Grammar Level B1/B2

This course is aimed at intermediate students of English who would like to improve their vocabulary and conversational skills thus advancing their grammatical accuracy.

Teaching material will be announced in class.

EEF57 Hendrik Podein
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di, 10.30–12.00 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

EEF58 Hendrik Podein
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di, 18.00–19.30 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B110

Conversation and Discussion Level B1/B2

Teaching material will be announced in class.

EEF59 Hendrik Podein
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mo, 18.00–19.30 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

Conversation and Discussion „News and Entertainment" Level B1/B2

This is an intermediate course for learners who have worked on Level B1 before and want to practise and consolidate their English. We will talk about current topics, everyday situations, cultural differences, and your own ideas. We will also revise and learn useful words and phrases, and practise some grammar and useful conversation strategies in a relaxed atmosphere.

Teaching material will be announced in class.

EEF61 Diana Amann
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B117

Unsere Kursleiter/-innen

... haben alle eine entsprechende Ausbildung und meist umfangreiche Erfahrung in der Erwachsenenbildung.

English Exams

Sie wünschen einen Nachweis für ihre Englisch-Kenntnisse bzw. benötigen ein Zertifikat für Ihre Ausbildung oder für den Beruf? Der Landesverband der Volkshochschulen unterhält ein Prüfungszentrum mit umfangreichen Angeboten. Für Cambridge Prüfungen oder telc Zertifikate können Sie sich beim Landesverband direkt anmelden und Braunschweig als gewünschten Prüfungsort angeben. Wenn genügend Anmeldungen vorliegen, führen wir die Prüfung auch vor Ort durch, andernfalls finden die Prüfungen in Hannover statt. Prüfungstermine werden mehrmals im Jahr durchgeführt, der Anmeldeschluss ist zwischen fünf und zehn Wochen vor einem Prüfungstermin. Aktuelle Angaben über Daten und Kosten der Prüfungen entnehmen Sie bitte der Internetseite des Landesverbandes unter www.vhs-nds.de/ Sprachenprüfungen.

Folgende Prüfungen können abgelegt werden:

telc Language Tests English Level A1 / A2 / B1

University of Cambridge ESOL Examinations (English for Speakers of Other Languages)

Preliminary English Test PET Level B1

Cambridge First Certificate in English (FCE) Level B2

Cambridge Certificate in Advanced English (CAE) Level C1

Certificate of Proficiency in English (CPE)

Cambridge Business English Certificate (BEC) Level B1 / B2 und C1

LCCI über die VHS Hameln-Pyrmont

TOEFL-Test

Ein Testzentrum für den TOEFL gibt es bei der Fachhochschule Hannover. Sie müssen sich dort persönlich anmelden. Informationen unter **usa.fh-hannover.de/toefl.pdf**

Preparing English Cambridge Tests Level B2/C1

These courses will give participants the opportunity to improve and practice their English skills as well as prepare for the Cambridge First Certificate in English (FCE) and Cambridge Certificate in Advanced English (CAE) examinations at the Common European Framework (CEF) levels B2/C1. Thorough knowledge of standard English is required for keeping up with the course's aims.

Preparing English Cambridge Tests Level B2

Thorough knowledge of standard English is required for keeping up with the course's aims.

EEK01 Olivia Folgosa
Lerngruppe: 6 bis 12 Personen
Mo, 18.30–20.45 Uhr
ab 10. Februar 2014
10 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 138,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Preparing English Cambridge Tests Level C1

Thorough knowledge of standard English is required for keeping up with the course's aims.

EEK03 Gabriele Schürmann
Lerngruppe: 6 bis 12 Personen
Di, 18.00–20.15 Uhr
ab 11. Februar 2014
10 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 138,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

English Upper Intermediate Level B2

At this level students should be able to use the English language fluently. All aspects of political, cultural and social life can be discussed in a profound and comprehensive manner. You should have had 8 to 9 years of English at school.

Conversation Upper Intermediate

In this lively group we are never lost for words. We help you not to be caught speechless.

Teaching material: Straightforward Upper Intermediate, Hueber Verlag München.

EEK10 Christa Webster
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 08.30–10.00 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

Let's start talking

We offer speaking, listening and grammar activities for intermediate students. We will read and discuss newspaper and magazine articles, short stories, watch a film and sing songs. I'm looking forward to meeting you.

EEK13 Gabriele Schürmann
Lerngruppe: 8 bis 14 Personen
Di, 10.15 - 11.45 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 95,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

Conversation and Grammar Level B2

This is an Upper-Intermediate course for learners who have worked on level B1 before (at VHS, school, or somewhere else) and want to move on to level B2 in a systematic way. You can practise language skills which will enable you to perform competently in various situations. There will also be many opportunities for discussions about current topics and sufficient room for your own ideas in a relaxed atmosphere.

Teaching material will be announced in class.

EEK15 Diana Amann
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 18.00–19.30 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B117

Literature and Coffee Level B2

This course is aimed at students who would like to get to know some of the most well-known works of English & American literature (short stories, children's stories, novels, poems ...), learn about the authors and enjoy a welcoming ambience. Coffee/tea and biscuits are provided by Café Lit. English knowledge at the level B2 is required. Kosten für den Verzehr sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

EEK17 Gabriele Schürmann
Lerngruppe: 6 bis 10 Personen
Fr, 18.00–19.30 Uhr
ab 21. Februar 2014
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 75,- €
Café Lit
Sack 15 (in der Buchhandlung Graff)

English Advanced Level C1

At this level students should be able to use the English language fluently. All aspects of political, cultural and social life will be discussed in a profound and comprehensive manner.

Conversation Advanced

Interesting topics are discussed in a relaxed atmosphere: revision of grammar, new vocabulary and idioms.

Teaching material: Straightforward Upper Intermediate, Hueber Verlag München.

EEK40 Christa Webster
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 08.30–10.00 Uhr
ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

English Conversation Advanced

We discuss a variety of topics based on texts of current interest from different sources or developing from the interest of participants.

Teaching material will be announced in class.

EEK43 Christa Webster
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 10.15 - 11.45 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

English Conversation Advanced

Teaching material will be announced in class.

EEK45 Ingeborg Mann
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 10.15 - 11.45 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

Spoken English Advanced

The primary focus of this course is to foster confidence in speaking and expand comprehension skills. The course is designed to enable students to become comfortable, active and dynamic participants in English conversations ranging from simple 'small talk' to more professional environs. Members will engage in weekly exercises designed to bolster vocabulary as well as expand cultural understanding and contextual usage. We will also work to correct mistakes common to advanced learners and re-visit grammar points if and when necessary. Material will be announced in class.

EEK47 Adam Gallari
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 18.30–20.00 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B215

Intensivkurse / Bildungsurlaub

Intensivkurse / Bildungsurlaub Level A1 / A2

Englisch Alltagssprache Level A1

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die Grundkenntnisse im Englischen haben und diese wiederholen, festigen und erweitern möchten.

Lehrbuch: Headway CEFR Edition A1
Student's Book and Workbook with CDs
Oxford University Press
Ein Einstufungstest ist für die Kursteilnahme obligatorisch. Das Testergebnis kann von 50 % Level A1 bis 50 % Level A2 betragen.

EET05BU Martin Grützner
Lerngruppe: 8 bis 14 Personen
Mo 07.04. - Fr 11.04.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 129,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

FET07BU Martin Grützner
Mo 27.10. - Fr 31.10.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 129,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Englisch Alltagssprache Level A1/A2

Zwei Wochen

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die Grundkenntnisse im Englischen haben und diese in einem Kurs über zwei Wochen wiederholen, festigen und erweitern möchten.

Lehrmaterial wird im Kurs genannt.

Ein Einstufungstest ist für die Kursteilnahme obligatorisch. Das Testergebnis kann von 50 % Level A1 bis 50 % Level A2 betragen.

FET12BU Martin Grützner
Lerngruppe: 8 bis 14 Personen
Mo 04.08. - Fr 15.08.2014, 08.30. - 16.00 Uhr
10 Termine, 80 Unterrichtsstunden, 234,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Intensivkurse / Bildungsurlaub Level A2/B1

Englisch Alltagssprache Level A2+

This course aims at participants who have reached an A2+ level of English and want to repeat, intensify and expand their vocabulary, grammatical and conversational skills in everyday situations. The topics include:

- Daily routines
- Describing home, town and countryside
- Traveling and holidays
- Eating out
- Business basics
  (jobs, telephoning, emails)

Teaching material will be announced in class.

You should have reached minimum 50% Level A2 in the placement test.

EET23BU Hendrik Podein
Lerngruppe: 8 bis 14 Personen
Mo 07.04. - Fr 11.04.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 129,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

FET25BU Hendrik Podein
Mo 27.10. - Fr 31.10.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 129,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Englisch Alltagssprache Level A2/B1

Zwei Wochen

This course aims at participants who have reached an A2+ level of English and want to repeat, intensify and expand their vocabulary, grammatical and conversational skills in everyday situations. The topics include:

- Daily routines
- Describing home, town and countryside
- Traveling and holidays
- Eating out
- Business basics
  (jobs, telephoning, emails)
- Health and medicine
- Crime and punishment
- Shops and shopping

Teaching material will be provides in class.
You should have reached minimum 60% Level A2 in the placement test.

FET27BU Hendrik Podein
Lerngruppe: 8 bis 14 Personen
Mo 04.08. - Fr 15.08.2014, 08.30. - 16.00 Uhr
10 Termine, 80 Unterrichtsstunden, 234,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

Intensivkurse / Bildungsurlaub Level B1

English Conversation and Grammar Level B1+

For this course participants should have a good command of English to express their opinion about various aspects of daily and social life. We will talk about current topics, everyday situations, cultural differences and also revise and practise some grammar and useful conversation strategies.

You should have reached minimum 60% Level B1 in the placement test.

EET33BU Diana Amann
Lerngruppe: 8 bis 14 Personen
Mo 07.04.2014 - Fr 11.04.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 129,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

FET35BU Diana Amann
Mo 27.10. - Fr 31.10.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 129,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.15

Intensivkurse / Bildungsurlaub Level B2

Conversation Course Level B2

This course is for participants who can already speak English with some degree of fluency but still want to improve their spoken communication skills as well as expand their range of general vocabulary. A wide range of topics from small talk to global issues will be covered during the course, which will also include error correction and revision of tenses.

Teaching material will be provided in class.

Einen persönlichen Beratungstermin einschließlich mündlicher Einstufung bieten wir Ihnen montags von 15.00 bis 17.00 Uhr im Haus Alte Waage, Raum 1.02 an.

FET43BU Christopher Perkins
Lerngruppe: 8 bis 14 Personen
Mo 11.08. - Fr 15.08.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 129,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

Business English Crash Courses

Our Business English crash courses aim at students who want to improve their English skills in various business situations. They all include aspects of socializing, emailing, telephoning and traveling as well as grammar revision. Depending on the level, they also cover different other topics like presentations or meetings.

First Steps to Business English Level A1

You have already English knowledge on level A1 and want to step in business matters. This course starts with business themes like 'you and your job', 'daily routines', 'facts and figures', 'trends and sales' e.g. We will also work on basic grammar.

Teaching Material:
Business English for Beginners A1
Lehr- und Arbeitsbuch, Cornelsen Verlag

Ein Einstufungstest ist für die Kursteilnahme obligatorisch. Das Testergebnis sollte mindesten 50 % von Level A1 betragen.

EET50BU Gabriele Schürmann
Lerngruppe: 8 bis 14 Personen
Mo 03.02.2014 - Fr 07.02.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 145,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Business English Level A2

For participants who reached CEF Level A2 and want to increase their knowledge in business affairs.

Topics:
- Socializing and small talk
- Describing your job and your company
- Emails and letters
- Telephoning
- Business travel

You should have reached minimum 50% Level A2 in the placement test.

EET57BU Hendrik Podein
Lerngruppe: 8 bis 14 Personen
Mo 24.03. - Fr 28.03.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 145,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.10

FET58BU Hendrik Podein
Mo 24.11. - Fr 28.11.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 145,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.10

English at the Office Level A2/B1

Für Teilzeitkräfte

This course will introduce you to the use of English for daily office routines, e.g. telephoning, writing emails and letters, as well as managing direct customer contacts, meetings and conferences. You will also practise basic skills for introductions, job applications and interviews. In addition, relevant grammar topics and cultural differences will be discussed. The course is especially suitable for part-time employees but other participants are also welcome.

Teaching material:
English Network Office New Edition
Klett - Langenscheidt Verlag

Lehrbücher sind nicht in den Kursgebühren enthalten. Sie können die Materialien im örtlichen Buchhandel beziehen.

You should have reached minimum 70% Level A2 in the placement test.

DET59BU Diana Amann
Lerngruppe: 8 bis 14 Personen
Mo 27.01. - Fr 31.01.2014, 08.30–12.00 Uhr
5 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 75,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Business English Level B1

For participants who have reached CEF Level A2+/B1 (a good command of English, 7 years of English at school).

Topics:
- Socializing and traveling
- Business correspondence and telephoning
- Meetings and discussions
- Presentations
- Job applications

Teaching material will be provided in class.

You should have reached minimum 60% Level B1 in the placement test.

EET61BU Hendrik Podein
Lerngruppe: 8 bis 14 Personen
Mo 03.02. - Fr 07.02.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 145,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.15

EET62BU Hendrik Podein
Mo 21.07. - Fr 25.07.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 145,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

Business English Level B2

For the Crash Course Advanced you should be able to speak English quite fluently (CEF Level B2; 8 - 9 years of English at school)

Topics:
- Socializing and small talk
- Describing your job and your company
- Business correspondence
- Telephoning
- Making arrangements
- Business travel
- Grammar revision
- Meetings and Discussions
- Giving Presentations
- Negotiating

Teaching material will be provided in class.

Lehrbücher sind nicht in den Kursgebühren enthalten. Sie können die Materialien im örtlichen Buchhandel beziehen.

You should be able to speak English quite fluently (8-9 Years of English at school f.e.)

FET70BU Hendrik Podein
Mo 08.09.2014 - Fr 12.09.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 145,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Business English Courses

Business Communisation Level B1

This course will help you to feel more confident and competent in typical conversational situations in business settings. We will practise relevant words and phrases for various situations, e.g. talking about job experiences and projects, making business arrangements, job interviews, dealing with cultural differences, and small talk.

Teaching material will be announced in class

You should have reached minimum 80% of level A2 in the placement test.

Ihre Anmeldung wird in der Regel nicht von uns bestätigt; wenn Sie nichts von uns hören, bedeutet das „Grünes Licht"

EEW01 Diana Amann
Lerngruppe: 6 bis 12 Personen
Do, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 120,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B109

Business English Intermediate Level B1/B2

For participants who have reached CEF Level A2+/B1 (a good command of English, 7 years of English at school).

Teaching material will be announced in class.

EEW03 Tarida Witte
Di, 18.00–19.30 Uhr, ab 11. Februar 2014
16 Termine, 32 Unterrichtsstunden, 120,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B116

Business English Advanced Level B2/C1

Participants should be able to speak English quite fluently (8 - 9 years of English at school). CEF Level B2

Teaching material will be announced in class.

EEW05 Hendrik Podein
Lerngruppe: 8 bis 14 Personen
Mo, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 120,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

Socializing and Communicating in Business Situations Level A2/B1

Weekend Course

This course will help you to feel more confident and competent in typical conversational situations in business settings. We will practise relevant words and phrases for various situations, e.g. talking about job experiences and projects, making business arrangements, job interviews, dealing with cultural differences, and small talk.

Teaching material will be announced in class

EEW07 Diana Amann
Lerngruppe: 6 bis 10 Personen
Anmeldung bis zum 19.06.2014
Sa 28. - So 29. Juni 2014,
Sa 05. - So 06. Juli 2014
Sa, 10.00–14.45 Uhr, So, 10.00–14.00 Uhr
4 Termine, 22 Unterrichtsstunden, 80,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.15

Die Kosten für die angegebenen
Lehrbücher
sind nicht in der Kursgebühr enthalten. Sie können die Unterrichtsmaterialien beim örtlichen Buchhandel beziehen.

Französisch Intensivkurs Bildungsurlaub Stufen A1 / A2

Französisch für den Alltag Ende Stufe A1 / Anfang A2

Bildungsurlaub

Fünftägiger Sprachkurs für Teilnehmer mir Vorkenntnissen entsprechend ca. Ende Stufe A1. Hauptziel des Kurses ist die Verbesserung der mündlichen Kommunikationsfähigkeit.

Lehrbuch bitte bei der Anmeldung erfragen.

ERF02BU Kursleiterteam
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo 23.06. - Fr 27.06.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 138,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Französisch für den Alltag Stufen A 1 und A 2

Französisch für die Reise

Elementares Französisch und Informationen über die Gepflogenheiten in Frankreich, damit Sie bei Ihrer Reise nicht „Bahnhof" verstehen, wenn Sie gefragt werden, was Sie essen möchten.

Für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen.

Unterrichtsmaterial in der Kursgebühr enthalten.

ERF05 Marie France Neubert
Lerngruppe: 10 bis 14 Personen
Fr, 13. Juni 2014, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 14. Juni 2014, 09.00–16.30 Uhr
2 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 45,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.15

Französisch Stufe A1 Teil 1

Sie haben noch nie Französisch gelernt? - In diesem Kurs lernen Sie, sich in den elementaren Alltagssituationen zu verständigen: sich begrüßen, sich vorstellen, etwas über Herkunft, Beruf, Interessen, Freizeitbeschäftigungen sagen und fragen, eine Verabredung treffen, im Café etwas bestellen, nach dem Weg fragen...

Im Vordergrund steht der mündliche Sprachgebrauch.

Lehrbuch: On y va! A1
Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag
Unité 1 - ca. 5

ERF08 Marie France Neubert
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 15.30–18.00 Uhr
ab 10. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.16

ERF11 Karine Bonnot
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 18.30–21.00 Uhr
ab 13. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B113

Französisch Stufe A1 Teil 2

Aufbauend auf die Stufe A1 Teil 1 lernen Sie unter anderem, sich über Vergangenes und Zukünftiges zu unterhalten, Einladungen auszusprechen und darauf zu reagieren, einen kleinen Brief oder eine Karte zu schreiben.

Lehrbuch: On y va! A1
Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag
ca. Unité 6 - 9

ERF22 Gabriele Klingebiel
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 16.30–19.00 Uhr
ab 13. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Französisch Stufe A1 Vertiefung

In diesem Kurs vertiefen und wiederholen Sie die Inhalte der Stufe A1. Hauptziel ist die weitere Verbesserung der mündlichen Kommunikationsfähigkeit.

Lehrbuch: On y va! A1
Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag

ERF25 Monique Hosang-Croyeaux
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 16.00–18.30 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

Französisch Stufe A2 Teil 1

Auf der (insgesamt dreiteiligen) Stufe A2 werden Sie vor allem lernen, sich differenzierter zu äußern und zu argumentieren. Die Themen bleiben alltagsbezogen und werden in vielfältigen Texten bearbeitet: Freizeit, Arbeit, Wohnen, Gesundheit. Sie lernen auch die verschiedenen Vergangenheitsformen richtig anzuwenden.

Lehrbuch:, On y va! A2
Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag
ca. Unité 1 - 3

ERF28 Monique Hosang-Croyeaux
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 18.00–20.30 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.15

ERF31 Marie France Neubert
Lerngruppe: 5 bis 8 Personen
Fr, 08.30–10.00 Uhr, ab 14. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

Französisch Stufe A2 Teil 2

Auf der (insgesamt dreiteiligen) Stufe A2 werden Sie vor allem lernen, sich differenzierter zu äußern und zu argumentieren. Die Themen bleiben alltagsbezogen und werden in vielfältigen Texten bearbeitet: Freizeit, Arbeit, Wohnen, Gesundheit. Sie lernen auch die verschiedenen Vergangenheitsformen richtig anzuwenden.

Lehrbuch: On y va! A2
Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag
ca. Unité 4 - 6

ERF34 Gabriele Klingebiel
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 09.00–11.30 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.03

Französisch Stufe A2 Teil 3

Auf der (insgesamt dreiteiligen) Stufe A2 werden Sie vor allem lernen, sich differenzierter zu äußern und zu argumentieren. Die Themen bleiben alltagsbezogen und werden in vielfältigen Texten bearbeitet: Freizeit, Arbeit, Wohnen, Gesundheit. Sie lernen auch die verschiedenen Vergangenheitsformen richtig anzuwenden.

Lehrbuch: On y va! A2
Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag
ca. Unité 7 - 9

ERF37 Marie France Neubert
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 18.30–21.00 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Französisch für den Alltag Stufe B1

Super, je me débrouille!

Vous n'êtes pas à l'aise dans la langue, mais vous désirez parler. Ce cours vous est destiné.

ERF39 Marie France Neubert
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 10.00–12.30 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.16

Laissez-nous parler français!

Vous voyagez souvent en France et aimeriez parler la langue un peu plus. Des révisions aussi bien de vocabulaire que grammaticales et des jeux vous aideront peu à peu à mieux vous exprimer ainsi qu'à vous déplacer plus facilement dans le pays.

ERF44 Catherine Tollemer-Milch
Lerngruppe: 5 bis 8 Personen
Do, 18.30–21.00 Uhr, ab 13. Februar 2014
10 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

Le Français pour le travail

Nous apprendrons à nous présenter, écrire des mails, répondre par téléphone et communiquer en d'autres situations quotidiennes dans un bureau.

ERF46 Monique Hosang-Croyeaux
Lerngruppe: 5 bis 8 Personen
Di, 18.30–20.00 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

Französisch Stufe B1 Teil 2

Auf der (insgesamt dreiteiligen) Stufe B1 erweitern und vertiefen Sie Ihre sprachlichen Fertigkeiten. Alltägliche Situationen und Themen bereiten Ihnen am Ende dieser Stufe keine Mühe mehr, wenn Standardsprache verwendet wird. Sie lernen, Ihre Ziele, Hoffnungen, Ansichten und Pläne zu beschreiben und zu begründen.

Lehrbuch: On y va! B1
Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag
ca. Unité 4 - 6

ERF49 Marie France Neubert
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 09.00–11.30 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

Französisch Stufe B1 Teil 3

Auf der (insgesamt dreiteiligen) Stufe B1 erweitern und vertiefen Sie Ihre sprachlichen Fertigkeiten. Alltägliche Situationen und Themen bereiten Ihnen am Ende dieser Stufe keine Mühe mehr, wenn Standardsprache verwendet wird. Sie lernen, Ihre Ziele, Hoffnungen, Ansichten und Pläne zu beschreiben und zu begründen.

Lehrbuch: On y va! B1
Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag
ca. Unité 7 - 9

ERF52 Marie France Neubert
Lerngruppe: 5 bis 8 Personen
Di, 15.00–16.30 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.16

Französisch B1 Vertiefung

Dans ce cours vous répétez et approfondissez les contenus du niveau B1. Le but principal est d'améliorer les capacités de communication.

Lehrbuch: On y va! B1
Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag

ERF55 Monique Hosang-Croyeaux
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 15.00–17.30 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

Répétons

Vous pensez que vous avez oublié votre français? Sûrement que non! Vours raffraîchirez vos compétences déjà acquises en parlant beaucoup.

Lehrbuch wird im Kurs genannt.

ERF58 Marie France Neubert
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 19.00–20.30 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 105,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.03

Französisch Stufe B2 und höher

Lecture active

Ce cours est destiné à des personnes qui veulent entretenir et améliorer leur connaissances en français par des conversations sur des sujets littéraires et d'actualité. Nous continuerons la lecture de „No et moi" de Delphine de Vigan (Coll. Réclam ISBN 978-3-15-019791-2).

ERF61 Joëlle Ohlmer-Trouvé
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 08.25 - 09.55 Uhr, ab 10. Februar 2014
10 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 72,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.13

Essayons de parler

Il s'agit d'un cours orienté à la communication et la discussion sur des sujets actuels. Nous ferons de temps en temps un peu de grammaire et de nombreux jeux.

ERF64 Monique Hosang-Croyeaux
Lerngruppe: 10 bis 14 Personen
Mo, 10.05 - 11.35 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 93,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.13

Communiquons!

Nous lirons des articles tirés de la presse française. Notre discussion animée sera accompagnée d'une petite révision grammaticale. Un film est prévu pour la fin du semestre.

ERF67 Marie France Neubert
Lerngruppe: 10 bis 14 Personen
Mo, 18.00–19.30 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 93,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.15

La parole est à vous!

On fait quelques révisions grammaticales, on essaie de formuler à l'aide de textes actuels, on améliore son français encore chancelant en discutant activement.

ERF70 Marie France Neubert
Lerngruppe: 10 bis 14 Personen
Di, 18.00–19.30 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 93,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.03

Débrouillez-vous!

Ce cours s'adresse avant tout à des personnes qui désirent répéter et approfondir leurs connaissances de vocabulaire mais qui ont encore du mal à formuler leurs pensées en français.

A l'aide de textes faciles nous essaierons de discuter de thèmes variés.

ERF73 Claudia Fiedler
Lerngruppe: 10 bis 14 Personen
Mi, 08.25 - 09.55 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 93,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.09

Apprenons à parler

Vous venez de terminer le niveau B1. Vous aimeriez vous exprimer plus aisément. Ce cours s'adresse à vous. A l'aide de textes faciles, de révisions grammaticales et de jeux, vous apprendrez à mieux maîtriser la langue.

ERF76 Marie France Neubert
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 10.00–12.30 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
VHS Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.13

Prenez la parole

Vous venez de terminer le niveau B1 et vous aimeriez avoir plus de facilité à vous exprimer en français. Ce cours s'adresse à vous. A l'aide de textes faciles, de révisions de grammaire et de jeux vous apprendrez à mieux maîtriser la langue.

ERF79 Claudia Fiedler
Lerngruppe: 5 bis 8 Personen
Do, 08.30–11.00 Uhr, ab 13. Februar 2014
12 Termine, 36 Unterrichtsstunden, 185,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

Lire et parler

Nous lirons „Le coeur en dehors" de Samuel Benchetrit (Coll. Réclam ISBN 978-3-15-019832-2). Les échanges entre participantes et participants d'un certain âge occupent une place importante.

ERF82 Joëlle Ohlmer-Trouvé
Lerngruppe: 10 bis 14 Personen
Do, 08.25 - 09.55 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 93,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.13

La France d'aujourd'hui

Connaissez-vous la France? Quel rôle joue-t-elle actuellement en Europe? Celle-là a-t-elle influencé sa manière de vivre, ses traditions? Bien des questions auxquelles nous essaierons de répondre par une discussion animée. Quelques minutes sont consacrées à une petite révision grammaticale.

ERF85 Marie France Neubert
Lerngruppe: 10 bis 14 Personen
Fr, 10.30–12.00 Uhr, ab 14. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 93,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

Italienisch für den Alltag Schnelles Lerntempo Stufen A1 und A2

Italienisch Schnellkurs Stufe A1

Sie sprechen schon andere romanische Sprachen bzw. trauen sich aus anderen Gründen ein hohes Lerntempo zu? Dann ist dieser Anfängerkurs für Sie eventuell das Richtige. Sie erwerben Sprechfertigkeiten, um sich in den wichtigsten alltäglichen Situationen zu verständigen. Sie lernen, etwas Vergangenes zu schildern oder sich in der Zukunft zu äußern. Der mündliche Sprachgebrauch steht insgesamt im Vordergrund.

Lehrbuch: Espresso 1
Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag
Lezione 1 - ca. 7

ERI03 Luigi Sorgente
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 18.30–21.00 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B114

Italienisch Schnellkurs Ende Stufe A1 und A2 Teil1

Lehrbücher: Espresso 1 und Espresso 2
jew. Lehr- und Arbeitsbuch
Hueber Verlag
Espresso 1 ca. ab Lezione 7 und dann
Espresso 2 ca. bis Lezione 3

ERI09 Alice Angeletti
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 18.45 - 21.15 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Untergeschoss Raum B00

Italienisch für den Alltag Standard Lerntempo Stufen A1 und A2

Italienisch für die Reise

Elementares Italienisch und Informationen über die Gepflogenheiten in Italien, damit Sie bei Ihrer Reise nicht „Bahnhof" verstehen, wenn Sie gefragt werden, was Sie essen möchten.

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse.

Unterrichtsmaterial in der Kursgebühr enthalten.

ERI11 Frauke Wiegandt
Lerngruppe: 10 bis 14 Personen
Mo, 23. Juni 2014, 18.30–21.00 Uhr
Mo, 30. Juni 2014, 18.30–21.00 Uhr
Mo, 07. Juli 2014, 18.30–21.00 Uhr
Mo, 14. Juli 2014, 18.30–21.00 Uhr
Sa, 19. Juli 2014, 09.00–12.15 Uhr
5 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 57,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.15

Italienisch Stufe A1 Teil 1

In diesem Kurs lernen Sie, in einfachen Sätzen grundlegende Alltagssituationen zu meistern, z. B. sich vorstellen, nach Befinden und Herkunft fragen, sich im Hotel oder Café zurechtfinden, sich in einer fremden Stadt orientieren oder Lebensmittel einkaufen. Das Hören und Sprechen stehen dabei im Vordergrund.

Lehrbuch: Espresso 1
Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag
Lezione 1 - ca. 5

ERI13 Milena Schlüter
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di 18.30–21.00 Uhr ab 11. Februar
15 Termine sowie
3 Termine Sa 09.00–13.00 Uhr
am 29.03., 10.05., 21.06.
18 Termine, 60 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.15

Italienisch Stufe A1 Teil 1b

Für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, entsprechend ca. einer Woche Intensivkurs / Bildungsurlaub für Anfänger.

Lehrbuch: Espresso 1
Lehr- und Arbeitsbuch
Hueber Verlag
ca. Lezione 4 - 5

ERI19 Cristina Paccanoni-Beushausen, Frauke Wiegandt
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 18.30–21.00 Uhr
ab 12. Februar 2014
10 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 105,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B214

Italienisch Stufe A1 Teil 2

Aufbauend auf die Stufe A1 Teil 1 lernen Sie nun, über Vergangenes zu berichten, Orts- und Zeitangaben zu machen, über Familie, Tagesablauf, Urlaub zu erzählen und in Italien mit dem Auto oder dem Zug zurechtzukommen.

Lehrbuch: Espresso 1
Lehr- und Arbeitsbuch
Hueber Verlag
ca. Lezione 6 - 10

ERI25 Sabrina Beltrami
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 10.05 - 12.35 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.16

ERI28 Milena Schlüter
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 18.30–21.00 Uhr
ab 13. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B108

Italienisch Stufe A2 Teil 1

Sie haben die wichtigsten Alltagssituationen erarbeitet? In diesem Kurs erweitern und vertiefen Sie Ihre Kenntnisse. Am Ende der insgesamt dreiteiligen Stufe A2 können Sie sich im Alltag mit einfachen Worten verständigen und beherrschen die grundlegenden grammatischen Strukturen.

Lehrbuch: Espresso 2
Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag
ca. Lezione 1 - 4

ERI31 Sabrina Beltrami
Lerngruppe: 5 bis 8 Personen
Di, 08.25 - 09.55 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.16

Italienisch Stufe A2 Teil 2

Sie haben die wichtigsten Alltagssituationen erarbeitet? In diesem Kurs erweitern und vertiefen Sie Ihre Kenntnisse. Am Ende der insgesamt dreiteiligen Stufe A2 können Sie sich im Alltag mit einfachen Worten verständigen und beherrschen die grundlegenden grammatischen Strukturen.

Lehrbuch: Espresso 2
Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber Verlag
ca. Lezione 4 - 7

ERI34 Cristina Paccanoni-Beushausen
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 18.15 - 20.45 Uhr
ab 13. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Untergeschoss Raum B006

Italienisch Stufe A2 Teil 3

Sie haben die wichtigsten Alltagssituationen erarbeitet? In diesem Kurs erweitern und vertiefen Sie Ihre Kenntnisse. Am Ende der insgesamt dreiteiligen Stufe A2 können Sie sich im Alltag mit einfachen Worten verständigen und beherrschen die grundlegenden grammatischen Strukturen.

Lehrbuch:Espresso 2
Lehr- und Arbeitsbuch
Hueber Verlag
ca. Lezione 7 - 10

ERI37 Frauke Wiegandt
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 10.05 - 12.35 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Italienisch für den Alltag Stufe B1

Italienisch Stufe B1 Teil 2

L'obiettivo di questo corso è approfondire e perfezionare le conoscenze dell'italiano. Tratteremo i temi grammaticali delle lezioni e utilizzeremo materiale vario allo scopo di praticare la lingua nelle piu importanti situazioni reali.

Lehrbuch:
Espresso 3
Lehr- und Arbeitsbuch
Hueber Verlag
ca. Lezione 4 - 7

ERI43 Cristina Paccanoni-Beushausen
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 15.15 - 17.45 Uhr
ab 10. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

A voi la parola

L'obiettivo di questo corso è approfondire e perfezionare le conoscenze dell'italiano. Utilizzeremo materiale vario allo scopo di praticare la lingua in diverse situazioni reali.

ERI45 Cristina Paccanoni-Beushausen
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 10.05 - 12.35 Uhr
ab 13. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.13

Die Kosten für die angegebenen
Lehrbücher
sind nicht in der Kursgebühr enthalten. Sie können die Unterrichtsmaterialien beim örtlichen Buchhandel beziehen.

Portugiesisch für den Alltag Stufen A1 und A2

Portugiesisch (Brasilianisch) Stufe A1 Teil 1

Sie haben noch nie Portugiesisch (Brasilianisch) gelernt und möchten jetzt damit beginnen? In diesem Kurs lernen Sie, sich in den grundlegenden Alltagssituationen zu verständigen: sich begrüßen, sich vorstellen, Interessen schildern, über Berufe und Familie sprechen. Der mündliche Sprachgebrauch steht im Vordergrund.

Lehrbuch: Oi, Brasil!
Kursbuch und Arbeitsbuch, Hueber Verlag
ca. Unidade 1 - 3

ERP13 Sandra Ribeiro Eichner
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 18.00–20.30 Uhr
ab 11. März 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

Portugiesisch (Brasilianisch) Stufe A1 Teil 2

Aufbauend auf die Stufe A1 Teil 1 erweitern Sie Ihre Sprachfertigkeiten, Sie lernen, etwas zu begründen, Wünsche und Absichten auszudrucken, in der Zukunft zu sprechen, Lebensmitteln einzukaufen, im Restaurant zu bestellen, Hotel zu reservieren, eine Reklamation einzureichen. Der mündliche Sprachgebrauch steht im Vordergrund.

Lehrbuch: Oi, Brasil!
Kursbuch und Arbeitsbuch, Hueber Verlag
ca. Unidade 4 - 6

ERP22 Sandra Ribeiro Eichner
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 18.00–20.30 Uhr, ab 13. März 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.16

Portugiesisch (Brasilianisch) Stufe A2 Teil 1

Aufbauend auf die Stufe A1 lernen Sie, über Vergangenes zu berichten, Erlebnisse zu bewerten, über Einkaufsgewohnheiten und Ernährung zu sprechen und die eigenen Essgewohnheiten zu beschreiben. Der mündliche Sprachgebrauch steht im Vordergrund.

Lehrbuch: Oi, Brasil!
Kursbuch und Arbeitsbuch, Hueber Verlag
ca. ab Unidade 10

ERP25 Sandra Ribeiro Eichner
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 18.00–20.30 Uhr
ab 12. März 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Untergeschoss Raum B006

Spanisch Intensivkurse Bildungsurlaub Stufe A1

Spanisch für den Alltag Stufe A1 Teil 1a

Bildungsurlaub

Fünftägiger Sprachkurs für Anfänger ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Con gusto A1
Lehr- und Arbeitsbuch, Klett Verlag
ca. Unidad 1 - 3

ERS02BU Kursleiterteam
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mo 23.06. - Fr 27.06.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 105,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Spanisch für den Alltag Stufe A1 Teil 1b

Bildungsurlaub

Fünftägiger Sprachkurs für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen.
Der Kurs baut auf den Bildungsurlaub Spanisch für den Alltag A1 Teil 1a auf.

Lehrbuch: Con gusto A1
Lehr- und Arbeitsbuch, Klett Verlag
ca. Unidad 4 - 6

ERS04BU Kursleiterteam
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo 30.06. - Fr 04.07.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 138,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Spanisch für den Alltag Schnelles Lerntempo Stufen A1 und A2

Spanisch Schnellkurs Stufe A1

Sie sprechen schon andere romanische Sprachen bzw. trauen sich aus anderen Gründen ein hohes Lerntempo zu? Dann ist dieser Anfängerkurs für Sie eventuell das Richtige. Sie erwerben Sprechfertigkeiten, um sich in den wichtigsten alltäglichen Situationen zu verständigen. Sie lernen, etwas Vergangenes zu schildern oder sich in der Zukunft zu äußern. Der mündliche Sprachgebrauch steht insgesamt im Vordergrund.

Lehrbuch:
Con gusto A1
Lehr- und Arbeitsbuch
Klett Verlag
ca. Unidad 1 - 8

ERS06 Urko Fernández de Roitegui
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 18.45 - 21.15 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum G3.01

Spanisch Schnellkurs Ende Stufe A1 und A2 Teil 1

Lehrbücher:
Con gusto A1 und Con gusto A2
jeweils Lehr- und Arbeitsbuch

Klett Verlag
Con gusto A1 ca. ab Unidad 9 und dann
Con gusto A2 bis ca. Unidad 4

ERS08 Mireia Ortigosa i Zamacona
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 18.00–20.30 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.15

Spanisch für den Alltag Standard-Lerntempo Stufen A1 und A2

Spanisch Stufe A1 Teil 1

Sie haben noch nie Spanisch gelernt und wollen jetzt damit beginnen? In diesem Kurs lernen Sie, sich in den grundlegenden Alltagssituationen zu verständigen: sich begrüßen, sich vorstellen, Interessen schildern. Der mündliche Sprachgebrauch steht im Vordergrund.

Lehrbuch: Con gusto A1
Lehrbuch und Arbeitsbuch
Klett Verlag
Unidad 1 - ca. 6

ERS11 Urko Fernández de Roitegui
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 18.30–21.00 Uhr
ab 10. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.16

ERS13 José Müller Alarcón
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 18.30–21.00 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Untergeschoss Raum B008

ERS16 Urko Fernández de Roitegui
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 16.00–18.30 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.13

ERS19 Urko Fernández de Roitegui
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Do 18.30–21.00 Uhr ab 13. Februar
15 Termine sowie
3 Termine Sa 09.00–13.00 Uhr
am 15.03., 24.05., 14.06.
18 Termine, 60 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.15

Spanisch Stufe A1 Teil 2

Aufbauend auf die Stufe A1 Teil 1 erweitern Sie Ihre Sprechfertigkeit. Sie lernen zum Beispiel, Ihren Tagesablauf zu schildern, über Ihre Freizeit zu berichten. Sie können Angebote machen und darauf reagieren.

Lehrbuch: Con gusto A1
Lehrbuch und Arbeitsbuch, Klett Verlag
ca. Unidad 7 - 12

ERS28 Urko Fernández de Roitegui
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 16.00–18.30 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum G3.01

ERS31 Matilde Delgado-Fölster
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 10.00–12.30 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.16

ERS34 Geraldina Marcus de Gottwald
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 18.30–21.00 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

ERS37 Mireia Ortigosa i Zamacona
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 15.15 - 17.45 Uhr
ab 13. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.13

ERS40 José Müller Alarcón
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 18.30–21.00 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B110

Spanisch Stufe A2 Teil 1

Auf der insgesamt dreiteiligen Stufe A2 wird Ihre Sprechfertigkeit differenzierter. Sie lernen, Gefühle auszudrücken und sich über die Vergangenheit und Zukunft auszutauschen. Weitere Bereiche des täglichen Lebens werden behandelt. Daneben gewinnt auch die geschriebene Sprache in Form kleinerer Briefe oder kurzer Beschreibungen größere Bedeutung.

Lehrbuch: Con gusto A2
Lehrbuch und Arbeitsbuch, Klett Verlag
ca. Unidad 1 - 4

ERS43 Mireia Ortigosa i Zamacona
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 15.15 - 17.45 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

ERS49 Verónica Sarmiento de Bundies
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 17.30–20.00 Uhr
ab 11. September 2013
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

ERS52 Zully Eldag Cidarer
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 18.00–20.30 Uhr
ab 13. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.10

Spanisch Stufe A2 Teil 3

Auf der insgesamt dreiteiligen Stufe A2 wird Ihre Sprechfertigkeit differenzierter. Sie lernen, Gefühle auszudrücken und sich über die Vergangenheit und Zukunft auszutauschen. Weitere Bereiche des täglichen Lebens werden behandelt. Daneben gewinnt auch die geschriebene Sprache in Form kleinerer Briefe oder kurzer Beschreibungen größere Bedeutung.

Lehrbuch:
Con gusto A2
Lehrbuch und Arbeitsbuch
Klett Verlag
ca. Unidad 9 - 12

ERS58 Verónica Sarmiento de Bundies
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 18.00–20.30 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

ERS61 Maria Emelia Drago Jekal
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Fr, 10.00–12.30 Uhr
ab 14. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.13

Spanisch für den Alltag Stufe B1

?Hablamos? (A2 - B1)

Conversar, charlar, debatir e intercambiar ideas sobre temas de actualidad, música o películas.

Si le interesa seguir profundizando en el conocimiento del español pero también conocer un poco más de la cultura del mundo hispanohablante, este es su curso.

ERS70 Mireia Ortigosa i Zamacona
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 15.30–17.00 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 105,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Spanisch Stufe B1 Teil 1

Lehrbuch: Con gusto B1
Lehrbuch und Arbeitsbuch, Klett Verlag
ca. Unidad 1 - 4

ERS71 Matilde Delgado-Fölster
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 18.30–21.00 Uhr
ab 13. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.15

Spanisch Stufe B1 Teil 2

Lehrbuch: Con gusto B1
Lehrbuch und Arbeitsbuch, Klett Verlag
ca. Unidad 5 - 8

ERS73 Verónica Sarmiento de Bundies
Lerngruppe: 5 bis 8 Personen
Mi, 15.30–17.00 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.16

Spanisch Stufe B1 Teil 3

Lehrbuch: Con gusto B1
Lehrbuch und Arbeitsbuch, Klett Verlag
ca. Unidad 9 - 12

ERS76 Geraldina Marcus de Gottwald
Lerngruppe: 5 bis 8 Personen
Di, 18.30–20.00 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.13

ERS79 Mireia Ortigosa i Zamacona
Lerngruppe: 5 bis 8 Personen
Do, 18.00–19.30 Uhr
ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.13

Spanisch Stufe B2 und höher

¡Hablemos de todo! (B2)

En este curso vamos a continuar ampliando nuestros conocimientos sobre la cultura y las costumbres españolas e hispanoamericanas. Trataremos distintos temas y seguiremos trabajando con Avenida. Además, se repasarán algunos temas gramaticales. Entre el alumnado y la profesora se podrá determinar la incorporación de temas de actualidad extraídos de los medios de comunicación.

ERS82 Carmen Espinosa
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 19.00–20.30 Uhr
ab 10. Februar 2014
10 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 72,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.03

?De qué hablamos hoy? (C1)

Mediante artículos de prensa, textos literarios, poemas, canciones y temas propuestos por ustedes, entablamos amenas coversaciones y profundizamos en aspectos de la cultura hispana que le permitan mantener su excelente nivel de español.

ERS85 Urko Fernández de Roitegui
Lerngruppe: 5 bis 8 Personen
Mi, 19.00–20.30 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.13

Conversación y ejercicios nivel intermedio (B2)

¿Ya han superado un nivel elemental del español y quieren perfeccionar sus conocimientos de la lengua? En nuestro curso desarrollaremos la comprensión lectora y auditiva, así como la expresión oral y escrita, basándonos en actividades y materiales de diferente tipo (lectura, artículos de prensa, ejercicios gramaticales y grabaciones).

ERS88 Urko Fernández de Roitegui
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Fr, 08.15 - 10.45 Uhr
ab 14. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 155,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Kroatisch

Kroatisch Stufe A1 Teil 2

Ein Kurs für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen aus einem Semester VHS oder anders erworben.

Lehrbuch: „Hrvatski za pocetnike".
Verlag:
Hrvatska sveucilišna naklada, Zagreb
ESL10 Nina Trbojevic-Schlüter
Lerngruppe: 6 bis 10 Personen
Mo, 18.30–20.00 Uhr, ab 03. März 2014
12 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Untergeschoss Raum B112

Kroatisch A2 Teil 2

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus drei Semestern VHS oder anders erworbenen Kenntnissen. Beschreibungen in der Vergangenheit bzw. in der Zukunft werden u. a. erarbeitet.

Lehrbuch:
„Hrvatski za pocetnike". Verlag: Hrvatska sveucilišna naklada, Zagreb
ESL11 Nina Trbojevic-Schlüter
Lerngruppe: 6 bis 10 Personen
Mi, 18.00–19.30 Uhr, ab 12. Februar 2014
12 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B108

Kroatisch Konversationskurs

Razgovarajte s nama – i pri tome se zabavite!

Lehrmaterial wird im Unterricht genannt.

ESL13 Nina Trbojevic-Schlüter
Lerngruppe: 4 bis 7 Personen
Mi, 19.30–21.00 Uhr, ab 12. Februar 2014
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B108

Unsere Kursleiter/-innen

... haben alle eine entsprechende Ausbildung und meist umfangreiche Erfahrung im Unterricht mit Erwachsenen.

Polnisch

Polnisch Stufe A1 Teil 2

Ein Kurs für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen.

Sie lernen, sich in Alltagssituationen zu verständigen, z. B.: nach einem Hotelzimmer und dem Preis fragen, um Hilfe bitten, sich beschweren, um Erlaubnis bitten, die Zahlen von 11 bis 20, Frühstück bestellen, Wünsche äußern, über Vorlieben sprechen.

Auch landeskundliche Themen wie Sitten und Bräuche werden angesprochen.

Im Vordergrund des Unterrichts steht die mündliche Kommunikation.

Lehr- und Arbeitsbuch:
Witam, Hueber Verlag München
ca. ab Lektion 3

ESL20 Janina Ahl
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Do, 18.00–19.30 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B111

Polnisch Stufe A2 Teil 2

Ein Kurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus drei Semestern VHS oder anders erworben. In diesem Kurs lernen Sie z. B.: Preise erfragen und verstehen, einkaufen, über Familienmitglieder sprechen, Personen beschreiben, Wochentage nennen, Zahlen von 100 bis 1000.

Im Vordergrund des Unterrichts steht die mündliche Kommunikation.

Lehrbuch: Witam! -
Der Polnischkurs. Kurs- und Arbeitsbuch
Hueber Verlag, ca. ab Lektion 10
ESL21 Ewa Kultys
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 18.00–19.30 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B207

Polnisch Stufe A2 Teil 6

Ein Kurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen. In diesem Kurs lernen Sie z. B.: Verkehrsmittel vergleichen, Fahrkarten kaufen, Zahlen ab 101, über Urlaubsaktivitäten sprechen und Sehenswürdigkeiten beschreiben, Erlebtes berichten, Postkarten schreiben, eine Wohnung und Möbel beschreien, Wohnsituationen vergleichen.

Auch landeskundliche Themen wie Sitten und Bräuche werden angesprochen

Im Vordergrund des Unterrichts steht die mündliche Kommunikation.

Lehrbuch: Witam! -
Der Polnischkurs. Kurs- und Arbeitsbuch
Hueber Verlag, ca. ab Lektion 11

ESL23 Janina Ahl
Lerngruppe: 4 bis 6 Personen
Do, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 10. Februar 2014
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B111

Polnisch Stufe A 2 Teil 8

Ein Kurs für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen.

In diesem Kurs lernen Sie z. B.: eine Wohnung beschreiben, Wohnsituationen vergleichen, über Freizeitbeschäftigungen sprechen, über Vorlieben und Abneigungen berichten, über die Zukunft sprechen, Monate, Jahreszeiten und Datum benennen, Aktivitäten planen.

Auch landeskundliche Themen wie Sitten und Bräuche werden angesprochen

Im Vordergrund des Unterrichts steht die mündliche Kommunikation.

Lehrbuch: Witam! -
Der Polnischkurs. Kurs- und Arbeitsbuch
Hueber Verlag, ca. ab Lektion 13

ESL25 Janina Ahl
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 18.00–19.30 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B113

Russisch

Russisch Stufe A1 Teil 2

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen aus einem Semestern VHS oder anders erworben. Die bereits erworbenen Sprachfertigkeiten werden erprobt und weiter entwickelt.

Sie lernen u.a über Verwandtschaftsbeziehungen zu sprechen, im Café etwas zu bestellen und Preise zu erfragen, sich über das Sprachen Lernen auszutauschen.

Lehrbuch:
Otlitschno! A1 Kurs- und Arbeitsbuch
Hueber Verlag*Lek-* ab Lektion3

ESL30 Natalia Günther
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di, 18.00–19.30 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B205

Russisch Stufe A1 Teil 3

Ein Kurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus zwei/drei Semestern VHS oder entsprechenden Kenntnissen. Die im vorherigen Semester erworbenen Sprachfertigkeiten (Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben) werden wiederholt und weiter entwickelt.

In diesem Kurs lernen Sie: über frühere und gegenwärtige Berufe, Tätigkeiten und Arbeitsstellen sprechen; kurze und einfache Telefongespräche führen; Richtungs- und Ortsangaben; sagen, dass man etwas braucht oder kaufen muss und allgemeine Einkaufsgespräche führen. Dieser Kurs wird Ihnen auch emotionalen Zugang zur Wirklichkeit in Russland ermöglichen.

Lehrbuch:
Otlitschno! A1 Kurs- und Arbeitsbuch
Hueber Verlag
ab Lektion 6

ESL31 Anna Hafner
Lerngruppe: 6 bis 10 Personen
Mo, 17.45 - 19.15 Uhr
ab 10. Februar 2014
12 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B108

Russisch Stufe A2 Teil 1

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus vier Semestern VHS oder entsprechenden Kenntnissen. Die bereits erworbenen Sprachfertigkeiten werden wiederholt und weiter entwickelt. In diesem Kurs lernen Sie: einen Tagesablauf beschreiben; Verkehrsmittel benennen und über den Arbeitsweg berichten; ein Gespräch an der Hotelrezeption führen; etwas reklamieren und Empfehlungen geben. Ein landeskundlicher Teil vermittelt Einblicke in die russische Kultur und Gesellschaft.

Lehrbuch:
Otlitschno! A1 Kurs- und Arbeitsbuch
Hueber Verlag
ab Lektion 2

ESL33 Anna Hafner
Lerngruppe: 6 bis 10 Personen
Mo, 19.30–21.00 Uhr
ab 10. Februar 2014
12 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B108

Russisch für Fortgeschrittene

ESL35 Natalia Günther
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 18.00–19.30 Uhr
ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B207

Niederländisch

Niederländisch Stufe A1 Teil 2

Ein Kurs für Anfänger mit Vorkenntnissen von einem Semester VHS Unterricht oder für Quereinsteiger mit entsprechende Voraussetzungen. Es gibt viele Gründe, sich mit der Sprache des Nachbarlandes zu befassen und Sie lernen Niederländisch für die praktische Kommunikation. Beim nächsten Urlaub verblüffen Sie schon Ihr Gegenüber, indem Sie in einwandfreiem Niederländisch antworten. Das wär doch was!

Lehr-und Arbeitsbuch: Wat leuk!
Hueber-Verlag, ab Lektion 4

ESN01 Ria Nijmeijer
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mi, 18.00–19.30 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Untergeschoss Raum B009

Dänisch

Dänisch Stufe A1 Teil 2

Ein Fortsetzungskurs für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen. Auch Quereinsteiger sind willkommen.

Lehr- und Arbeitsbuch: Dansk for dig
Lehrbuch mit CDs, Klett Verlag
ab Lektion 5

ESN10 Karin Östlund-Schubert
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Do, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B206

Dänisch Stufe A2 Teil 2

Ein Fortsetzungskurs für Lernende mit Vorkenntnissen aus drei bis vier Semestern VHS oder anders erworben. Die Fertigkeiten Verstehen, Sprechen, Lesen und

Schreiben werden intensiv geübt, so dass man sich in den wichtigsten Alltagssituationen in Dänemark und im Kontakt mit Dänen erfolgreich verständigen kann.

Lehr- und Arbeitsbuch: Dansk for dig
Lehrbuch mit CDs, Klett Verlag
ab Lektion 11

ESN11 Karin Östlund-Schubert
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 18.00–19.30 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.03

Dänisch Stufe A2 Teil 4

Ein Fortsetzungskurs für Lernende aus fünf bis sechs Semestern VHS oder für Quereinsteiger mit guten Vorkenntnissen.

Lehr- und Arbeitsbuch: Vi snakkes ved!
Hueber Verlag, ca ab Lektion 17

ESN13 Karin Östlund-Schubert
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.03

Dansk Konversation

Vi snakker om det danske samfund og giver udfordringer med hensyn til at udtrykke sig mundtligt og skriftligt. Ydermere synger vi gamle og nye sange og ser film.

Nye kursister på holdet er velkomne.

Tekster og material skal ikke medbringes.

ESN15 Karin Östlund-Schubert
Lerngruppe: 6 bis 10 Personen
Do, 18.00–19.30 Uhr, ab 13. Februar 2014
12 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B206

Dänisch für Touristen

Wochenendkurs

Dänisch für Touristen ohne Vorkenntnisse. Im Kurs lernen Sie das Land, die Leute und die Kultur kennen. Sie lernen einfache Wörter und wichtige Redewendungen, die für den nächsten Dänemarkurlaub sehr nützlich sein können.

Lehrmaterial wird im Unterricht genannt.

ESN17 Karin Østlund-Schubert
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Sa 22. - So 23. Februar 2014
Sa, 10.00–15.00 Uhr, So, 10.00–15.00 Uhr
2 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 45,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Die Kosten für die angegebenen
Lehrbücher
sind nicht in der Kursgebühr enthalten. Sie können die Unterrichtsmaterialien beim örtlichen Buchhandel beziehen.

Norwegisch

Norwegisch Stufe A1 Teil 2

Ein Fortsetzungskurs für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen aus einem Semester VHS oder für Quereinsteiger mit entsprechenden Grundkenntnissen.

Lehrmaterial: Norsk for deg
Lehrbuch mit 2 Audio-CDs
Klett Verlag, ca ab Lektion 5

ESN20 Hans-Jörg Rieken
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Do, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B112

Norwegisch Stufe A2 Teil 1

Ein Fortsetzungskurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus drei Semestern VHS und für Quereinsteiger mit entsprechenden Kenntnissen.

Lehrmaterial: Norsk for deg
Lehrbuch mit 2 Audio-CDs
Klett Verlag, ca ab Lektion11

ESN21 Jochen Pöhlandt
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 19.30–21.00 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.15

Norwegisch Stufe A2 Teil 4

Ein Fortsetzungskurs für Teilnehmende aus vier bis fünf Semestern VHS oder Quereinsteiger mit entsprechenden Kenntnissen. Wir werden weiter mit unserem Lehrbuch arbeiten, die Fertigkeiten (Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben) entwickeln und Interessantes über Land und Leute erfahren.

Lehrmaterial: Norsk for deg
Lehrbuch mit 2 Audio-CDs
Klett Verlag , ca. ab Lektion 16

ESN23 Theda Elsen
Lerngruppe: 6 bis 10 Personen
Mi, 18.00–19.30 Uhr, ab 12. Februar 2014
12 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B113

Norwegisch: Leichte Konversation A2/B1

Sie haben gute Norwegisch Kenntnisse aus sechs VHS-Semestern oder ein Lehrbuch durchgearbeitet? Dann sind Sie hier richtig. Sie können Ihre Kenntnisse vertiefen und erweitern. Wir trainieren mündliche Kommunikation und Hörverstehen anhand von aktuellen Zeitungsartikeln und Beiträgen aus Internet und Fernsehen. Wir werden auch Land und Leute noch näher kennenlernen. Nach Bedarf werden einzelne Grammatikthemen wiederholt und geübt.

Lehrmaterial wird im Unterricht genannt.

ESN25 Theda Elsen, Hans-Jörg Rieken
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 18.00–19.30 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B112

Norsk lesning og konversasjon

Den velprøvde todelingen av timene beholdes: fellesdel med språklige øvelser og grammatiske repetisjoner, deretter gruppearbeid om ulike emner i henhold til deltakernes interesser.

Tekster skaffes av kurslederen.

ESN27 Jochen Pöhlandt
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mo, 17.45 - 19.15 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.15

Schwedisch

Schwedisch Stufe A1 Teil 2

Ein Kurs für Anfänger mit Vorkenntnissen aus einem Semester VHS oder anders erworben.

Lehrbuch: Välkomna, Klett Verlag
ca. ab Lektion 4

ESN30 Sarah Korsch
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mi, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.04

Schwedisch Stufe A2 Teil 1

Fortsetzungskurs mit Vorkenntnissen aus zwei Semestern VHS oder für Quereinsteiger mit entsprechendem Basiswissen.

Lehrbuch: Välkomna, Klett Verlag
ca. ab Lektion 9

ESN33 Sarah Korsch
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B208

Schwedisch Stufe A2 Teil 2

Ein Kurs für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen, die sich schon in Alltagssituationen auf Schwedisch verständigen können. Sie erweitern und vertiefen Ihre Kenntnisse.

Lehrbuch: Välkomna tillbaka, Klett Verlag
ab Lektion 4

ESN35 Sarah Korsch
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di, 18.00–19.30 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B208

– eine gute Geschenkidee …

Finnisch

Finnisch Stufe A1 Teil 2

Ein Kurs für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen (ein VHS-Semester oder entsprechend; Quereinsteiger ausdrücklich erwünscht!). Wir wiederholen bereits Gelerntes und lernen Neues, so z. B. über Familie und Wohnung zu sprechen sowie Personen und Sachen zu beschreiben und über den Tagesablauf zu berichten. Mit einem neuen, sehr ansprechenden und klar strukturierten Buch wird Ihnen das Lernen in entspannter Lernatmosphäre sicher leichtfallen. Tervetuloa! Willkommen!

Lehrbuch: Suomen mestari 1, FinnLectura-Verlag Finnland, ca. ab Lektion 4
(bei Bedarf Sammelbestellung durch Kursleitung zu Kursbeginn)

ESW01 Mari Aalto
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mo, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B214

Finnisch Stufe A2 Teil 4

Ein Kurs für Teilnehmende mit guten Grundkenntnissen aus ca. fünf VHS-Semester oder entsprechend; Quereinsteiger sind ausdrücklich erwünscht. Themen sind u. a.: Über Vergangenes berichten, Restaurantbesuch, Zeitungsartikel lesen. Tervetuloa! Willkommen!

Lehrbuch: Hyvin menee 1
Otava-Verlag Finnland, ab Lektion 21
(bei Bedarf Sammelbestellung durch Kursleitung zu Kursbeginn)

ESW03 Mari Aalto
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mo, 18.00–19.30 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B214

Finnische Kinderbücher - auch in Deutschland populär

Weil Finnland Ehrengast der Frankfurter Buchmesse 2014 ist, wollen auch wir uns mit finnischer Literatur befassen, genauer, mit finnischer Kinderliteratur. Viele finnische Kinderbücher sind auch in Deutschland beliebt: traditionell die Mumins von Tove Jansson oder die Weihnachtsmann-Bücher von Mauri Kunnas, neu die Ella-Bücher von Timo Parvela oder die Tatu-und-Patu-Bücher von Aino Havukainen und Sami Toivonen. Was haben diese Werke gemeinsam? Warum kommen finnische Kinderbücher auch hier so gut an? Ein unterhaltsamer Nachmittag mit Leseproben in finnischer und deutscher Sprache.

ESW05 Mari Aalto
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
So, 14.00–15.30 Uhr am 23. Februar 2014
1 Termin, 2 Unterrichtsstunden, 5,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.10

Arabisch

Arabisch Stufe 2

Ein Kurs für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen aus einem Semester VHS oder anders erworben.

Lehrbuch:
USRATI Lehrbuch für modernes Arabisch Band 1, Hueber Verlag, ab Lektion 5

ESW10 Kemel Mawlawi
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B118

Arabisch Stufe 3

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen aus zwei bis drei Semestern VHS oder anders erworben.

Lehrbuch USRATI Lehrbuch für modernes Arabisch Band 1, Hueber Verlag
ab Lektion 8

ESW11 Kemel Mawlawi
Lerngruppe: 4 bis 6 Personen
Mo, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 10. Februar 2014
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B118

Arabisch für Fortgeschrittene

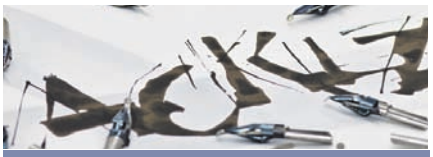
Ein Kurs für Fortgeschrittene mit guten Vorkenntnissen.

Lehrmaterial wird im Unterricht genannt.

ESW13 Kemel Mawlawi
Lerngruppe: 4 bis 6 Personen
Mi, 18.00–19.30 Uhr, ab 12. Februar 2014
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B118

Unsere Kursleiter/-innen

... haben alle eine entsprechende Ausbildung und meist umfangreiche Erfahrung im Unterricht mit Erwachsenen.



Chinesisch

Chinesisch Stufe 2

Fortsetzungskurs für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen aus einem Semester VHS.

Lehrbuch: Chinesisch sprechen lesen schreiben Band 1, Julius Groos Verlag
ab Lektion 8, ISBN 978-3872768605

ESW20 Xiao Mei Wang
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mo, 18.00–19.30 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B215

Chinesisch Stufe 4

Für Anfänger mit Vorkenntnissen aus drei Semestern VHS oder für Quereinsteiger mit entsprechendem Basiswissen.

Lehrmaterial wird im Unterricht genannt.

ESW21 Xiao Mei Wang
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 18.00–19.30 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B114

Chinesisch Stufe 6

Für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen aus ca fünf VHS-Semestern oder auf gleichem Niveau. Sie sollten Schriftzeichen lesen können und in der Lage sein, sich in elementaren Situationen auf Chinesisch zu verständigen.

Lehrbuch: Chinesisch sprechen lesen schreiben Band 2, Julius Groos Verlag
ab Lektion 8

ESW23 Xiao Mei Wang
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B114

Internationale Filme

A touch of Sin / Tian Zhu Ding
von Jia Zhang, China 2013

Originalversion mit Untertiteln
So, 23. Februar 2014, 17.00 Uhr
7 €
Universum-Kino
BEIL05 *Anmeldung erforderlich*

Eine Kooperation der Volkshochschule mit dem
UNIVERSUM Filmtheater

Griechisch

Griechisch Stufe A1 Teil 2

Ein Kurs für Anfänger mit Vorkenntnissen aus einem Semester VHS oder anders erworben.

Sie lernen die griechische Sprache praktisch anzuwenden.

Lehrbuch: Pame! A1
Kurs- und Arbeitsbuch mit CD
Hueber Verlag, ab Lektion 3

ESW30 Maria Thomas
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Do, 18.00–19.30 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B205

Griechisch Stufe A1 Teil 4

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus drei Semestern VHS oder Quereinsteiger auf gleichem Niveau.

Lehrbuch: Pame! A1
Kurs- und Arbeitsbuch mit CD
Hueber Verlag, ab Lektion 6

ESW31 Maria Thomas
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di, 18.00–19.30 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B117

Griechisch für Fortgeschrittene

Dieser Fortsetzungskurs richtet sich an Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen aus ca. fünf Semestern VHS oder anders erworben. Auch Quereinsteiger sind willkommen. Ergänzend zum Lehrbuch werden weitere Texte und Übungen zum freien Sprechen und zur Wortschatzerweiterung bearbeitet.

Lehrbuch: Pame! A2
Kurs- und Arbeitsbuch mit CD
Hueber Verlag
ESW33 Evgenia Raptea

Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 18.00–19.30 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Untergeschoss Raum B010

Die Kosten für die angegebenen

Lehrbücher

sind nicht in der Kursgebühr enthalten. Sie können die Unterrichtsmaterialien beim örtlichen Buchhandel beziehen.

Hindi

Hindi Alltagssprache Level A1

Hindi wird von 295 Mio Menschen gesprochen; das sind 4,46%der Weltbevölkerung. Der Kurs führt in Devanagari ein, eine der ältesten Schriften, in der Hindi geschrieben wird. Zudem werden ein Basiswortschatz und Grundlagen der Grammatik vermittelt. Am Kursende sollen die Teilnehmenden in der Lage sein, die Devanagari-Schrift zu lesen und einfache Kommunikation in Hindi durchzuführen.

Lehrmaterial wird im Unterricht genannt.

ESW40 Dr. Basabi Khan Banerjee
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 18.00–19.30 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B205

Indonesisch

Indonesisch Stufe 1

Ein Kurs für Anfänger ohne Vorkenntnisse.

Lehrmaterial wird im Unterricht genannt.

ESW50 Admi-Landri Schlüter
Lerngruppe: 6 bis 10 Personen
Mi, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 12. Februar 2014
12 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B213

Japanisch

Japanisch Stufe 1

Ein Anfängerkurs für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Japanisch, bitte!
Nihongo de dooso, Band 1
Klett-Langenscheidt Verlag

ESW60 Hiromi Kikuchi
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mo, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B208

Japanisch Stufe 2

Ein Kurs für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen aus einem Semestern VHS oder für Quereinsteiger mit vergleichbarem Kenntnisstand.

Lehrbuch: Japanisch, bitte!
Nihongo de dooso, Band 1
Klett-Langenscheidt Verlag
ca. ab Lektion 5

ESW61 Fujiko Spengler
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Mo, 19.40 - 21.10 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Untergeschoss Raum B010

Japanisch Stufe 4

Ein Fortsetzungskurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus drei Semestern VHS oder für Quereinsteiger mit vergleichbarem Kenntnisstand.

Lehrbuch: Japanisch, bitte!
Nihongo de dooso, Band 1
Klett-Langenscheidt Verlag, ab Lektion 11

ESW63 Hiromi Kikuchi
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Mi, 19.30–21.00 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.16

Japanisch Stufe 10

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende mit erweiterten Vorkenntnissen aus acht Semestern VHS oder für Quereinsteiger mit vergleichbarem Kenntnisstand,

Lehrbuch: Japanisch, bitte!
Nihongo de dooso, Band 1
Klett-Langenscheidt Verlag, ab Lektion 17

ESW65 Hiromi Kikuchi
Lerngruppe: 6 bis 10 Personen
Mi, 18.00–19.30 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 137,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.16

Japanisch Konversation, Leseverständnis und Grammatik

Sie besitzen bereits gute Grundkenntnisse und möchten diese durch mündliche Übungen und Lektüre zur Landeskunde ausbauen und festigen. Auch Übungen zur Grammatik und zum Hörverständnis werden bearbeitet. Dieser Kurs ist auch geeignet für die Vorbereitung auf den „Jepanese Language Proficiency Test (N5)".

Lehrbuch wird im Unterricht genannt.

ESW67 Fujiko Spengler
Lerngruppe: 4 bis 7 Personen
Mo, 18.00–19.30 Uhr
ab 10. Februar 2014
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Untergeschoss Raum B010

Persisch

Persisch Stufe 1

Ein Kurs für Anfänger ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Persisch für Anfänger
Asya Asbaghi
Verlag Brigitte Narr GmbH Tübingen

ESW70 Aazam Bahrami
Lerngruppe: 5 bis 8 Personen
Mo, 18.00–19.30 Uhr, ab 10. Februar 2014
9 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum G3.01

Thailändisch

Thai Stufe 2

Ein Fortsetzungskurs für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen. Thailand, das Land des Lächelns, unterscheidet sich in seiner Kultur und Sprache wesentlich von Europa. Dieser Kurs beginnt mit der traditionellen Thai Schrift. Wir lernen einfache Wörter, Redewendungen im Alltag und die Grundlagen der Grammatik, einfache Satzstellung und Höflichkeitsformen. Außerdem eröffnet Ihnen der Unterricht interessante und überraschende Einblicke in die Kultur und die Lebensart der Thais.

Lehrbuch wird im Unterricht genannt.

ESW80 Chanida Suadee
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 18.00–19.30 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B206

Thai Stufe 4

Thailändisch klingt melodisch. Die Thais sprechen nicht aus, sondern sie singen. Mit Vorkenntnissen in der traditionellen Thai Schrift und Grundlagen der Sprache kommen wir zum wichtigen Thema „Betonung und Tonregeln". In tonaler Sprache

verändert die Änderung der Tonhöhe die Bedeutung des Wortes. Wir lernen, wie man die Wörter singt.Ob man den richtigen Ton Trifft, wird im Unterricht geklärt.

Lehrbuch wird im Unterricht genannt.

ESW81 Chanida Suadee
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Di, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B206

Thai für Kinder

Spielerisch und mit viel Spaß ! Dieser Sprachkurs ist für Kinder ab 7 Jahre alt, die zweisprachig -Deutsch und Thailändisch- aufwachsen. Wir lernen mit Hand und Fuß durch Spielen, Singen und Geschichten erzählen, um einfache Wörter und Sätze zu bauen. Außerdem werden die Kinder Thai-Buchstaben vom Huhn bis Eule als wichtige Grundlage für weitere Schritte kennenlernen.

ESW83 Chanida Suadee
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Sa, 10.00–11.30 Uhr, ab 15. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 95,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 19
3. Stock Raum G3.30 (DialogWerk)

Türkisch

Türkisch Stufe A1 Teil 1

Ein Kurs für Anfänger ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch:
Kolay Gelsin, Lehrbuch mit Audio CD
Klett Verlag

ESW90 Erhan Akkoyun
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di, 18.00–19.30 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B213

Türkisch Stufe A1 Teil 2

Ein Kurs für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen aus einem Semester VHS oder anders erworben.

Lehrbuch:
Kolay Gelsin, Lehrbuch mit Audio CD
Klett Verlag, ca ab Lektion 4

ESW91 Meltem Kaplan
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B207

Türkisch Stufe A2 Teil 2

Ein Fortsetzungskurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus drei Semestern VHS oder Quereinsteiger mit entsprechenden Kenntnissen..

Lehrbuch:
Kolay Gelsin, Lehrbuch mit Audio CD
Klett Verlag, ca ab Lektion 11

ESW92 Meltem Kaplan
Lerngruppe: 10 bis 18 Personen
Di, 18.00–19.30 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 83,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B207

Vietnamesisch

Vietnamesisch für Anfänger

„Vietnamesisch Lernen". Es klingt spannend und das ist es auch. In diesem Kurs erhalten die Teilnehmer eine kleine Einführung in die vietnamesische Sprache und damit verbunden einen tiefen Einblick in die vietnamesische Kultur, um das Land und die Leute besser zu verstehen. Sie wollten schon immer mal in einem Restaurant auf Vietnamesisch das Essen bestellen, oder sich mit Vietnamesen in einem einfachen Gespräch verständigen? Diese Fähigkeiten werden Sie im Unterricht erlernen mit Hilfe einfacher Wörter und Redewendungen sowie den Grundlagen der Grammatik und der Aussprache."

Lehrmaterial:
Assimil Vietnamesisch ohne Mühe
Weltbild Verlag

ESW95 Thi Van Anh Nguyen
Lerngruppe: 8 bis 12 Personen
Do, 18.00–19.30 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B107

Internationale Filme

Amour / Liebe
von M. Haneke, Frankreich 2012
Originalversion mit Untertiteln
So, 25. Januar 2014, 17.00 Uhr
7 €
Universum-Kino
BDIL04 *Anmeldung erforderlich*

A touch of Sin / Tian Zhu Ding
von Jia Zhang, China 2013
Originalversion mit Untertiteln
So, 23. Februar 2014, 17.00 Uhr
7 €
Universum-Kino
BEIL05 *Anmeldung erforderlich*

In Darkness/In der Finsterniss
von A. Holland, Polen 2011
Originalversion mit Untertiteln
So, 23. März 2014, 17.00 Uhr
7 €
Universum-Kino
BEIL06 *Anmeldung erforderlich*

Eine Kooperation der Volkshochschule mit dem
UNIVERSUM Filmtheater

1. Halbjahr 2014

Kommunikation und Gesundheit Seite 44

Kommunikation und Rhetorik Seite 44

Arbeitstechniken, Lernstrategien Seite 46

Persönlichkeitsbildung Seite 46

Psychologie Seite 46

Philosophie , Östliche Weisheit Seite 47

Staatstheater Seite 48

Literatur Seite 49

Gitarre, Tanz Seite 51

Zeichnen und Malen Seite 53

Kreatives Gestalten Seite 57

Natur, Fotografie Seite 58

Dietmar Giebel
Programmbereichsleiter

Kirsten Martin
Sachbearbeiterin

Melanie John
Sachbearbeiterin

Kommunikation und Gesundheit

Hohe berufliche und private Anforderungen machen heute selbstsicheres Auftreten und Redegewandtheit immer wichtiger. Aber auch die Möglichkeit, gedanklich und körperlich abzuschalten gewinnt an Bedeutung.

Seit dem Frühjahr 2013 bietet die Volkshochschule Braunschweig eine neue Kursreihe an, die diese beiden Bereiche verbindet. Sie erfahren, wie Sie im beruflichen und privaten Alltag Anforderungen und Standpunkte besser erkennen und Ihre eigene Meinung klar kommunizieren und wirksam vertreten. Darüber hinaus erlernen Sie gezielt Techniken und Methoden zur körperlichen und geistigen Entspannung.

Die Seminarreihe setzt sich aus insgesamt vier Wochenendmodulen zusammen. Pro Halbjahr werden zwei Module angeboten. In jeden der 4 Module findet ein Abschlusskolloquium (15:00 - 16:00 Uhr) statt. Nachdem Sie alle vier Module besucht haben, erhalten Sie ein Zertifikat. Wenn Sie alle 4 Module besuchen, erhalten Sie auf das 4. Modul 50 % Ermäßigung.

Kommunikation und Persönlichkeitsentwicklung

Zielsetzung des Seminars ist die Entwicklung und Verbesserung der Dialogfähigkeit: Sowohl im Privat- als auch im Berufsleben lernen, konstruktiver und effizienter zu kommunizieren - Redehemmungen überwinden - selbstbewusst sprechen - sich klar und verständlich ausdrücken - überzeugen statt überreden. Schwerpunkt ist dabei das Herausfiltern und Fördern persönlicher Stärken und Fähigkeiten.

Teilnehmerzahl: 8 bis 12 Personen.

EPP09 Theresia Fehrenbacher
Sa 15. - So 16. März 2014
Sa 09.00–18.00 Uhr
So 09.00–16.00 Uhr (bzw. 15:00 Uhr falls keine Teilnahme am Abschlusskolloquium)
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 128,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Entspannungstechniken, Motivation - motiviert sein und motivieren

Was ist in meinem Leben wirklich wertvoll? Was treibt mich an? Welche Lebensmotive bewegen mich? Welche Entspannungstechniken unterstützen mich dabei und helfen mir, meine Ziele zu erreichen?

Teilnehmerzahl: 8 bis 12 Personen.

EPP10 Theresia Fehrenbacher
Sa 17. - So 18. Mai 2014
Sa 09.00–18.00 Uhr
So 09.00–16.00 Uhr (bzw. 15:00 Uhr falls keine Teilnahme am Abschlusskolloquium)
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 128,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.04

Selbstbehauptung und Selbstsicherheit im Beruf - Gesprächsführung

Der Beruf konfrontiert uns täglich mit neuen Anforderungen. Die unterschiedlichsten Einflüsse bestimmen unser Vermögen diese Anforderungen zu bewältigen, eigene Positionen darzustellen und durchzusetzen, auch mit Ablehnung umgehen zu können und Kompromisse schließen zu können. Mit Hilfe verschiedener Handlungsmöglichkeiten können wir lernen uns im Berufsumfeld selbstbewusst und erfolgreich zu behaupten. Des Weiteren erfahren die Teilnehmer/-innen, wie Sprache und Körpersprache wirken, trainiert und richtig eingesetzt werden können, das Selbstbewusstsein im beruflichen Alltag gestärkt und damit ein sicheres Auftreten und eine sympathische und überzeugende Ausstrahlung erzielt werden kann.

Teilnehmerzahl: 8 bis 12 Personen.

FPP11 Theresia Fehrenbacher
Sa 27. - So 28. September 2014
Sa 09.00–18.00 Uhr
So 09.00–16.00 Uhr (bzw. 15:00 Uhr falls keine Teilnahme am Abschlusskolloquium)
2 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 128,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.04

Stress- und Selbstmanagement,

Work-Life-Balance, Zeitmanagement

Wie lassen sich Wünsche in erreichbare Ziele verwandeln? Wie in der Hektik des Tagesgeschehens den Überblick behalten? Wie lassen sich Sicherheit und Klarheit für eigenes Handeln erarbeiten? Wodurch bekomme ich Beruf, Privatleben und Gesundheit ins Gleichgewicht?! Wodurch gestalte ich meine Lebensprozesse.

Teilnehmerzahl: 8 bis 12 Personen.

FPP12 Theresia Fehrenbacher
Sa 22. - So 23. November 2014
Sa 09.00–18.00 Uhr
So 09.00–16.00 Uhr (bzw. 15:00 Uhr falls keine Teilnahme am Abschlusskolloquium)
2 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 128,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.04

Kommunikation und Rhetorik

Grundkurs Rhetorik: Freie Rede - Sicheres Auftreten

Wochenendseminar

Ziel des Lehrgangs ist, Stimme und Sprache zu entwickeln sowie die nötige Sicherheit in Gesprächen, Diskussionen, Vorträgen, Zwiegesprächen und in der „Freien Rede“ zu erlangen. In gemeinsamen Gesprächen werden die Kursteilnehmer/-innen selbst Beurteilungsmaßstäbe für richtiges und gutes Sprechen erarbeiten.

Teilnehmerzahl: 10 bis 14 Personen.

EPP20 Theresia Fehrenbacher
Sa 22. - So 23. Februar 2014
Sa, 09.00–18.00 Uhr
So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 115,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

Die richtigen Worte im richtigen Moment

Wochenendseminar

Schlagfertigkeit im Gespräch kann gelernt werden. Wer will dies nicht: Souverän bleiben auch in schwierigen Gesprächssituationen, selbst in der kommunikativen Enge noch rhetorisch geschickt sprechen, mit den Elementen von Humor, Witz und einer entsprechenden Portion Schlagfertigkeit gekonnt kontern? Wir befassen uns mit fairen und unfairen Gesprächsstrategien, der Körpersprache, mit direkter Provokation in Gesprächen sowie mit gängigen Floskeln, die viele Gespräche schnell ins Unverbindliche abgleiten lassen, hören auch blöde Sprüche und kontern gekonnt.

Teilnehmerzahl: 10 bis 14 Personen.

EPP24 Irene Merbitz-Flentje
Sa, 09.00–18.00 Uhr am 10. Mai 2014
1 Termin, 10 Unterrichtsstunden, 64,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Internationale Filme

Amour / Liebe
von M. Haneke, Frankreich 2012

Originalversion mit Untertiteln
So, 25. Januar 2014, 17.00 Uhr
7 €
Universum-Kino
BDIL04 *Anmeldung erforderlich*

Eine Kooperation der Volkshochschule mit dem

UNIVERSUM Filmtheater

Fachberatung: Dietmar Giebel, Tel. 24 12-205,
Sachbearbeitung: Kirsten Martin, Tel. 24 12-204, Melanie John, Tel. 2412-214

Setzen Sie Ihre Stimme richtig ein!

Ihre Stimme wird durch Training unempfindlicher gegenüber äußeren Störfaktoren, wie Lautstärke, Stress und Körperteile, sowie seelische Belastung. Nach diesem Seminar wirken Sie auf Ihren Gesprächspartner präsenter und überzeugender. Im Seminar erfahren Sie die eigenen Sprech- und Ausdrucksmuster, die Sie noch nicht erlebt haben und erhalten eine Einführung in die Sprach- und Stimmtechnik, unter gezieltem Einsatz ihres ganzen Körpers. Das Basis Stimmtraining beinhaltet folgende Schwerpunkte: Stimme und Akustik, Stimme und Wirkung, Stimmhygiene, Artikulationsübung, Anwendung des Gelernten in der eigenen Berufspraxis.

Teilnehmerzahl: 8 bis 12 Personen

EPP26 Zully Eldag Cidarer
Sa, 10.00–17.00 Uhr am 10. Mai 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 53,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

Rhetorik - Intensivkurs

Wochenendseminar

Mit jedem Wort, das wir sprechen, sagen wir nicht nur etwas über einen Gegenstand oder Sachverhalt - sondern mit jedem Wort sagen wir etwas über uns selbst aus. Wir werden nach unserer Sprache eingeschätzt. Wir zeigen durch unseren Atem, durch Tonhöhe und Klangfarbe unserer Stimme unser augenblickliches Gefühl und durch Wortwahl, Stil und Betonung, ob wir redegeübt, sicher und informiert sind. In diesem Kurs werden Regeln zur Rhetorik, zu Atem- und Vortragstechniken sowie zum freien Reden und sicheren Auftreten erarbeitet.

Teilnehmerzahl: 10 bis 14 Personen.

EPP28 Theresia Fehrenbacher
Sa 05. - So 06. Juli 2014
Sa, 09.00–18.00 Uhr
So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 115,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.04

– eine gute Geschenkidee …

Kommunikation und Rhetorik Bildungsurlaub Wochenseminare

Die folgenden Seminare stehen allen Interessierten offen. Berufstätige, die Anspruch auf Bildungsurlaub haben, erhalten eine Anmeldebestätigung, die Sie zwecks Freistellung bei Ihrem Arbeitgeber einreichen können. Die Seminare sind von der Agentur für Erwachsen- und Weiterbildung als Bildungsurlaubsveranstaltung im Rahmen des Gesetzes anerkannt.

Rhetorik: Freie Rede - Sicheres Auftreten

Wochenseminar/Bildungsurlaub

Ziel des Lehrgangs ist, Stimme und Sprache zu entwickeln sowie die nötige Sicherheit in Gesprächen, Diskussionen, Vorträgen, Zwiegesprächen und in der „Freien Rede“ zu erlangen. In gemeinsamen Gesprächen werden die Kursteilnehmer/-innen selbst Beurteilungsmaßstäbe für richtiges und gutes Sprechen erarbeiten.

Teilnehmerzahl: 10 bis 14 Personen.

EPP38BU Theresia Fehrenbacher
Mo, 17. - Fr 21. Februar 2014
08.00–15.30 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 148,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

FPP39BU Theresia Fehrenbacher
Mo, 22. - Fr 26. September 2014
08.00–15.30 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 148,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

Rhetorik - Intensivkurs

Wochenseminar/Bildungsurlaub

In diesem Intensiv-Seminar werden Regeln zur Rhetorik, Stilmittel, Diskussions- und Verhandlungstechniken, Vortrags- und Atemtechniken gemeinsam erarbeitet und vorgestellt. Entspannungstechniken sowie Arbeit mit Video dienen der Verminderung von Redeängsten.

Teilnehmerzahl: 10 bis 14 Personen.

EPP40BU Theresia Fehrenbacher
Mo 19. - Fr 23. Mai 2014
08.00–15.30 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 148,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

FPP41BU Theresia Fehrenbacher
Mo 24. - Fr 28. November 2014
08.00–15.30 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 148,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

Effektive Kommunikation - sichere Gesprächsführung

Wochenseminar/Bildungsurlaub

Redehemmungen überwinden - selbstbewusst sprechen - sich klar und verständlich ausdrücken - sich in ein Gespräch einschalten. Aufbau eines Redebeitrages, Pro- und Contra-Debatte, Mimik und Gestik, Einzel- und Gruppenarbeit, Rollenspiele mit Videoeinsatz.

Teilnehmerzahl: 10 bis 14 Personen.

EPP42BU Theresia Fehrenbacher
Mo 24. - Fr 28.03.2014
08.00–15.30 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 148,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

FPP43BU Theresia Fehrenbacher
Mo 20. - Fr 24.10.2014
08.00–15.30 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 148,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

Selbstbehauptung im Beruf

Wochenseminar/Bildungsurlaub

Der Beruf konfrontiert uns täglich mit neuen Anforderungen. Die unterschiedlichsten Einflüsse bestimmen unser Vermögen diese Anforderungen zu bewältigen, eigene Positionen darzustellen und durchzusetzen, auch mit Ablehnung umgehen zu können und Kompromisse schließen zu können. Mit Hilfe verschiedener Handlungsmöglichkeiten können wir lernen uns im Berufsumfeld selbstbewusst und erfolgreich zu behaupten. Des Weiteren erfahren die Teilnehmer/-innen, wie Sprache und Körpersprache wirken, trainiert und richtig eingesetzt werden können, das Selbstbewusstsein im beruflichen Alltag gestärkt und damit ein sicheres Auftreten und eine sympathische und überzeugende Ausstrahlung erzielt werden kann.

Teilnehmerzahl: 10 bis 14 Personen.

EPP44BU Theresia Fehrenbacher
Mo 23. - Fr 27.06.2014
08.00–15.30 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 148,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

FPP45BU Theresia Fehrenbacher
Mo 26. - Fr 30.01.2015
08.00–15.30 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 148,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

Unsere Kursleiter/-innen

... haben alle eine entsprechende Ausbildung und meist umfangreiche Erfahrung im Unterricht mit Erwachsenen.

Arbeitstechniken, Lernstrategien

Der gute Ton am Telefon - Telefontraining

Wochenendseminar

Zwischen Servicelächeln und sch...freundlich

Die Kommunikation am Telefon prägt die Kompetenz und das Image, Ihres und das Ihres Unternehmens. In diesem Seminar geht es z. B. um folgende Aspekte: Rhetorik am Telefon, Wie begrüße ich?, Wie leite ich das Gespräch, wie beende ich es?, Stimme macht Stimmung, Zielführende Fragetechnik, Aktives Zuhören, Schwierige Telefonate führen.

Teilnehmerzahl: 10 bis 14 Personen.

EPP50 Irene Merbitz-Flentje
Sa, 09.00–18.00 Uhr am 22. März 2014
1 Termin, 10 Unterrichtsstunden, 64,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Wie erreiche ich mehr Zeit für das Wesentliche und die schönen Dinge im Leben?

Zeit ist momentan eines der höchsten Güter. Unterscheiden Sie das Wichtige vom Unwichtigen. Am Ende bleibt mehr Zeit für die schönen Dinge im Leben. In diesem Seminar lernen Sie in entspannter Atmosphäre, die Zeitfallen zu erkennen und anhand Ihrer persönlichen Situation, den Selbst- bzw. Zeitanteil zu erörtern. Ebenso Ihr Konzentrationsvermögen zu trainieren, damit Sie die Augenblicke im Leben genießen können und diese mit wenig Zeitaufwand erreichen. Es werden Freiräume geschaffen!

Teilnehmerzahl: 8 bis 12 Personen

Bitte mitbringen: S
chreibutensilien, Schreibblock

EPP52 Zully Eldag Cidarer
Sa, 10.00–17.00 Uhr am 22. März 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 55,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Lernen lernen - ein Workshop für Schüler, Azubis und Studenten

Kann man Lernen lernen? Ja! Am Einfachsten mit einem klaren Ziel und einer übersichtlichen Struktur. In diesem Workshop lernen Schüler und Studenten, wie sie sich ein Lernziel festlegen, eine effektive, realistische Zeitplanung aufstellen und eine Übersicht über den Lernstoff verschaffen. Zudem entdecken sie neue Lernstrategien und erfahren, wie sie wichtige Lernfaktoren selber positiv beeinflussen und so ihre Motivation steigern können. Als Abschluss gibt es noch Tipps und Tricks, wie man vor und in der Klassenarbeit die Nerven behält.

Teilnehmerzahl: 6 bis 12 Personen

EPP54 Nora Wilcke
Fr 28. - Sa 29. März 2014
Fr, 17.00–19.00 Uhr
Sa, 10.00–13.00 Uhr
2 Termine, 6 Unterrichtsstunden, 36,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

Speed Reading

Speed Reading - trainieren Sie Ihre Augenbewegung und erfassen Sie Texte schneller! Das Auge kann die meisten Texte mit hoher Geschwindigkeit aufnehmen und das Gehirn den aufgenommenen Text bei höheren Geschwindigkeiten (ab 400 Wörter pro Minute) sogar besser verarbeiten als bei normaler Lesegeschwindigkeit (ca. 200 Wörter pro Minute). Es ist verblüffend, wie schnell Sie sich über die Bedeutung mancher Textteile orientieren und ihre Lesetiefe darauf einstellen können.

Teilnehmerzahl: 10 bis 12 Personen

Bitte mitbringen: 1 Tageszeitung oder Zeitschrift, 1 Roman, Schreibwerkzeug (Block, Stifte), 2 Essstäbchen/Stricknadeln oder ähnliches.

EPP58 Bernhard Schwietering
Sa 19. - So 20. Juli 2014
Sa, 09.00–14.00 Uhr
So, 09.00–14.00 Uhr
2 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 68,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.04

– eine gute Geschenkidee …

Persönlichkeitsbildung

Frühling - Aufbruch! - Zeit für Neues?

Wie verwandle ich meine Erfahrungen in neue Lebensperspektiven? Sich aus dem Alltagsgetriebe zurück zu ziehen und in Ruhe, mit einem anderen Blick, mehr von außen betrachtend, auf das eigene Leben zu schauen, dazu schafft ein Biografiearbeits-Seminar Raum und Zeit. Verbindungen zwischen unserem Denken, Fühlen und unseren Handlungen werden transparent und weisend. Jedes Jahr im Frühling erneuert sich die Pflanzenwelt. Diese unglaubliche Energie kann uns befeuern, nach Erneuerung im eigenen Leben zu fragen. Renne ich nur im Alltagstrott oder kann ich durch eine „Winterruhe" der Besinnung auch wieder auf neue Dinge zugehen? Und wie setze ich die dazu nötige Energie frei? Unseren zahlreichen im Laufe des Lebens gesammelten Ressourcen können wir oft nicht genügend nutzen. In diesem Seminar gehen wir auf Entdeckungsreise nach Erlebnissen, die uns die nächsten Schritte in die Zukunft weisen können. Ich arbeite mit kreativen Mitteln und freilassend; alleine und in kleinen Gruppen. In achtsamem Umgang miteinander bewegen wir uns zwischen Einzelarbeit und bereicherndem Austausch. Keine Vorkenntnisse.

Teilnehmerzahl: 8 - 10 Personen.

Bitte mitbringen: Schreibzeug

EPS04 Eva Wolter
Mi, 19.30–21.15 Uhr ab 26. Februar 2014
3 Termine, 7 Unterrichtsstunden, 43,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Single trifft Single! - Amüsante Gespräche, neue Kontakte...

...und humorvolle Tipps zu Flirt und Lebenskunst.

Hier kannst Du neue Menschen kennen lernen und dich mit ihnen austauschen. Mit Hilfe humorvoller Video-Spots und psychologischer Erkenntnis diskutieren wir Wege zur Verbesserung des Single-Lebens. Folgende Themen sind vorgesehen: Single zwischen Lust und Frust, Kontakt- und Flirtstrategien, Wege zum Glück, Was bei Problemen helfen kann. Der Kursleiter ist Soziologe und Sachbuchautor. Dass der Spaß dabei nicht zu kurz kommt, versteht sich von selbst.

Teilnehmerzahl: 10 bis 20 Personen.

EPS06 Dr. Torsten Reters
So, 11.00–16.00 Uhr am 20. Juli 2014
1 Termin, 6 Unterrichtsstunden, 39,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Psychologie

Nutzen Sie die Kraft der Gedanken

Unsere Gedanken haben eine direkte Auswirkung auf Wohlbefinden, Gefühle und Körper. Gedanken, die sich wiederholen bekommen Macht, werden zu Überzeugungen, die sich widerspiegeln in dem, was wir erleben. Wir ziehen entsprechende Situationen und Erfahrungen an. In diesem Kurs lernen Sie, die Kraft der Gedanken für positive, sinnvolle Ziele zu nutzen und einzusetzen.

Teilnehmerzahl: 8 bis 12 Personen

Bitte mitbringen: Schreibzeug

EPS28 Christiane Gentner
Sa, 10.00–17.00 Uhr am 15. März 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 56,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Mehr Selbstbewusstsein

Vorankündigung für Herbst 2014

Mangelndes Selbstbewusstsein, Unsicherheit, Minderwertigkeitsgefühle, Angst zu versagen, etwas falsch zu machen oder abgelehnt zu werden, können einem das Leben schwer machen. Sie bekommen Anregungen und Tipps zu folgenden Fragen:

- „Wie kann ich mein Selbstbewusstsein verbessern?"
- „Was hilft mir, zu mir zu stehen?"
- „Wie kann ich meine Stärken entdecken?"

Teilnehmerzahl: 8 bis 12 Personen

EPS30 Christiane Gentner
Sa, 10.00–17.00 Uhr am 18. Oktober 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 55,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.04

Man kann nicht nicht kommunizieren

Dieses stellte Watzlawik bereits im vergangenen Jahrhundert fest. Wollen Sie mehr erfahren über Kommunikation und Gesprächsführung? Über unterschiedliche Techniken? Möchten Sie sich in wertschätzender Kommunikation üben? Am Freitag und Samstag haben Sie die Gelegenheit.....

Teilnehmerzahl: 8 bis 12 Personen

EPS32 Christa Weidlich
Fr 07. - Sa 08. März 2014
Fr, 17.00–20.15 Uhr
Sa, 10.00–17.00 Uhr
2 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 66,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Philosophie

Philosophie aktuell - John Rawls: Eine Theorie der Gerechtigkeit

Wer dieses Buch nicht gelesen hat, wird in Sachen der Ethik in unserer Zeit und für unsere Zeit nicht mitreden können. Das ist das einfache Argument für dieses Seminar. Lit. John Rawls: Eine Theorie der Gerechtigkeit. Suhrkamp.

Teilnehmerzahl: 10 bis 18 Personen.

EPT02 Dr. Josef Thomas
Mo, 17.45 - 19.15 Uhr
ab 17. Februar 2014
10 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 64,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Themen abendländischer Philosophie - Dialektik

Philosophie und Dialektik - zwei Titel, die man austauschen könnte. Der Erfinder dieses Verfahrens dürfte Platon sein. An ihm scheiden sich die geschichtlich gewordenen Geister, zuletzt nicht nur Hegel und Marx, sondern auch postmoderne Autoren, wie Lévinas und Derrida. Was hat es mit der Dialektik auf sich? Man kann wohl sagen: Das Verfahren ist keine bloße Technik, denn hier verfüge ich nicht über das Verfahren, dort aber liegen die Gegenstände, die ich be- und verarbeiten will. So ist es nicht. Das Eigentümliche der Dialektik scheint vielmehr darin zu bestehen, dass sie gleichsam der schlagende Puls ist, in dem das Bewegende der Gegenstände des Denkens fühlbar wird. Ein Gefühl für dieses Bewegende des Denkens zu haben, heißt dann auch, Philosophie zu haben. Zwar vermag der Mensch zu denken, philosophisch gesehen aber muss er das Denken erst lernen.

Literatur: Es werden Kopien gestellt.

Teilnehmerzahl: 10 bis 18 Personen.

EPT04 Dr. Josef Thomas
Do, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 94,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Geschichte der Philosophie im Überblick

Teil 2: Philosophie in der Antike - Sokrates und seine Nachfolger

Wer sich bisher noch nicht mit Philosophie beschäftigt hat oder einen ersten Eindruck von der „Liebe zum Wissen/zur Weisheit" gewinnen möchte, für den ist dieser Kurs genau das Richtige. Aber auch „Geschultere" können hier die Grundlagen unseres europäischen Selbstverständnisses noch einmal durchwandern. Denn auch ein zweiter, dritter oder vierter Durchgang ist nicht mit dem ersten vergleichbar. Ganz nach Heraklit: „Man kann nicht zweimal in denselben Fluss steigen" (Frag. 91). Die Beschäftigung mit Platon oder auch mit Aristoteles u. a. ist, besonders in unserer heutigen schnelllebigen Zeit, ein Erlebnis und nicht nur ein Hinzugewinn von noch mehr Fakten. Geist und Seele werden hier gefordert und angesprochen. Vor allem aber soll es Freude über den eigenen Erkenntnisfortschritt bewirken.

Teilnehmerzahl: 10 bis 18 Personen.

EPT10 Dr. Helmut Blöhbaum
Mo, 19.00–20.30 Uhr, ab 10. Februar 2014
10 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 64,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Philosophische Lebenskunst in der Moderne

Während in der Antike die Philosophie insgesamt mit einer umgestaltenden Arbeit des Subjektes an sich selbst, in der römischen Antike sogar mit einer ganzen Lebenskunst zusammenfiel, führt die Lebenskunst in der modernen Philosophie eher ein Schattendasein als ein akademisch

nicht besonders geachtetes Teilgebiet. Andererseits findet sich bei genauerem Hinsehen bei einer Reihe von modernen Philosophen jene antike Traditionslinie, Philosophie selbst als geistige Übung, als Verwandlung des Subjekts zu praktizieren, mehr oder weniger explizit fortgesetzt. Der Begriff der Lebenskunst taucht bei diesen Philosophen oft gar nicht zusätzlich auf, weil ihre Philosophie als Ganzes, eine Umwandlung des Subjekts, gewissermaßen als Preis für den Zugang zur Wahrheit, fordert. In diesem Kurs wollen wir uns die beiden genannten Aspekte der modernen philosophischen Lebenskunst anhand von Texten u. a. von Schopenhauer, Nietzsche, Heidegger, Foucault, Schmid näher anschauen.

Teilnehmerzahl: 10 bis 18 Personen.

EPT11 Lars Noel
Mi, 18.00–19.30 Uhr, ab 12. Februar 2014
10 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 64,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Östliche Weisheit

Achtsamkeit im Alltagserleben - Meditationsübungen auf buddhistischer Grundlage

Ein höherer Grad von Bewusstheit und Achtsamkeit im Erleben alltäglicher Situationen kann - recht eingeübt - zur Verminderung innerer und äußerer Konflikte führen. Nicht zuletzt wird die eigenen Lebensgestaltung von größerer Klarbewusstheit bestimmt. Ein genaues vorurteilfreies Hinschauen auf das, was wir mit dem Körper tun und was im eigenen Geist auftaucht steht am Beginn eines solchen Weges. Die Lehre Buddhas, gibt dazu die weit führenden Hinweise, die auch das Getäuschtsein über die uns nicht wohltuenden Konsequenzen des Handelns in den Blick nimmt.

Teilnehmerzahl: 8 bis 18 Personen.

EPT12 Dagmar Doko Waskönig
Sa, 10.00–17.00 Uhr am 24. Mai 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 37,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Staatstheater, Schauspiel

Theater erleben: Schauspiel!

Liebe Theaterfreunde, auch im Sommersemester 2014 lassen wir Sie exklusive hinter die Kulissen unserer Theaterarbeit blicken, stellen Ihnen Stücke, Autoren, Regisseure und Inszenierungskonzepte vor und bringen Sie spätestens zum Nachgespräch mit unseren Künstlerinnen und Künstlern zusammen. Vier Inszenierungen im Großen und Kleinen Haus stehen auf dem Plan, zu denen Chefdramaturg Axel Preuß sowie die Dramaturginnen Christine Besier und Charlotte Orti von Havranek ca. eine Woche vor Vorstellungsbesuch Hintergründe liefern. Im Anschluss an die Vorstellung laden wir Sie im Foyer oder in der Theaterkantine zum Gespräch über das Gesehene ein. Bitte beachten Sie, dass jede Vorstellung aus Verbuchungsgründen terminlich nur einmalig getauscht werden kann.

Homo Faber

Schauspiel nach dem Roman von Max Frisch

Walter Faber ist ein Ingenieur, der im Auftrag der Unesco arbeitet. Umso irritierender sind für ihn die Ereignisse einer Reise, die zurück in die Alte Welt führt. An Bord seines Schiffes lernt er eine junge Frau kennen. Dass Elisabeth rund 30 Jahre jünger ist als er, hält ihn nicht davon ab, ihr einen Heiratsantrag zu machen. - Max Frischs Roman, 1957 erschienen, ist ein Klassiker der Moderne. Frisch unterlegt seinem Roman Motive der griechischen Mythologie: Wie Ödipus verstrickt auch Faber sich in eine fatale Liebesbeziehung - ohne sich dessen bewusst zu sein.

Vorbereitungsabend:
Mi, 26. Februar 2014, 20.00–21.30 Uhr

Treffpunkt: Kantine Großes Haus

Besuch der Vorstellung:
Fr, 7. März 2014, 19.30 Uhr, Kleines Haus

Nachbesprechung im Anschluss
an die Vorstellung

Die Wildente

von Henrik Ibsen

Vor fast 15 Jahren waren Werle und Ekdal in einen Kriminalfall verstrickt, der für Ekdal Gefängnis bedeutete, für Werle aber den Aufstieg zum Direktor. Ekdals Sohn Hjalmar musste sein Studium abbrechen, aber mit Werles Unterstützung machte er eine Ausbildung zum Fotografen und heiratete Gina, Werles ehemaliges Dienstmädchen. Gemeinsam mit ihrer 14-jährigen Tochter Hedvig und Vater Ekdal, der sich auf dem Dachboden eine Scheinwelt mit Tauben, Kaninchen und einer flügellahmen Wildente eingerichtet hat, lebt das Paar in bescheidenen Verhältnissen. Als Werles Sohn Gregers nach langen Jahren seinen alten Freund Hjalmar besucht, entsteht in ihm der Verdacht, dass Gina ihrem Mann etwas verheimlicht. „Zum ersten Mal“ sieht er „eine Aufgabe, für die es sich zu leben lohnt“ - aber seine Aufklärungssucht endet in einer Katastrophe.

Vorbereitungsabend:
Mi, 30. April 2014, 20.00–21.30 Uhr

Treffpunkt: Kantine Großes Haus

Besuch der Vorstellung:
Fr, 9. Mai 2014, 19.30 Uhr, Großes Haus

Nachbesprechung im Anschluss
an die Vorstellung

Polnische Perlen

Dokumentarisches Theaterstück mit Livemusik von werkgruppe2

Für pflegebedürftige Menschen ist Wohnen in den eigenen Wänden kaum noch bezahlbar. Menschen, die es sich leisten können, engagieren häufig Pflegekräfte aus Osteuropa. Deren Zahl wächst beständig. Für den dokumentarischen Theaterabend arbeitet das Staatstheater erstmals mit dem niedersächsischen Theaterkollektiv werkgruppe2 zusammen. Basierend auf Interviews mit Pflegerinnen, die ihre Heimat verlassen haben, um hier zu arbeiten, entsteht ein Theatertext, der mit Schauspielern und Musikern des Staatstheaters zur Aufführung gebracht wird.

Vorbereitungsabend:
Mi, 28. Mai 2014, 20.00–21.30 Uhr

Treffpunkt: Kantine Großes Haus

Besuch der Vorstellung: Sa, 7. Juni 2014,
19.30 Uhr, Kleines Haus

Nachbesprechung im Anschluss
an die Vorstellung

Mein Kampf

Farce von George Tabori

„Ich wäre kein Jude, wenn die Deutschen mich nicht daran erinnert hätten“, sagte der 1914 in Budapest geborene Journalist, Autor und Regisseur George Tabori. Mit „Mein Kampf“ setzte er „einen theologischen Schwank“ in die Welt, dessen grotesker Humor sich zum Faschismus so herausfordernd wie wahrhaftig, so politisch wie aufklärerisch verhält: In einem Männerasyl trifft der Underdog und Jude Schlomo Herzl auf einen abgerissenen und aggressiven jungen Mann namens Adolf Hitler. Hitler will Künstler werden, aber die Akademie will ihn nicht. Schlomo folgt seinem Eigensinn und dem Gesetz der Gastfreundschaft und nimmt sich des jungen Kerls an, der bereits die Messer wetzt gegen eine Welt, in der er noch nicht vorkommt. Mit der menschlichen Zuwendung beginnt ein Kampf auf Liebe, Leben und Tod.

Vorbereitungsabend:
Mi, 25. Juni 2014, 20.00–21.30 Uhr

Treffpunkt: Kantine Großes Haus

Besuch der Vorstellung:
Fr, 4. Juli 2014, 19.30 Uhr, Kleines Haus

Nachbesprechung im Anschluss
an die Vorstellung

EKC02 Axel Preuß, Christine Besier, Charlotte Orti von Havranek
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 108,- €
incl. Vorstellungsbesuche
Staatstheater, Großes Haus,
Am Theater

Staatsthater Musik und Tanz

Theater erleben: Musiktheater und Tanz!

Berühmtes - Außergewöhnliches - Spannendes. Auch in der zweiten Hälfte der Spielzeit 2013 / 2014 bieten wir mit dem Volkshochschulkurs „Theater erleben!“ das ganz besondere und etwas andere Theatererlebnis an: Hören und Sehen sie sich bei exklusiven Einführungen hinein in die großen Werke des Musiktheater-Repertoires. Erleben Sie im Tanztheater, wie ein vollkommen neues Stück entsteht. Werfen Sie „Backstage“ den Theatermachen bei ihrer Arbeit einen Blick über die Schulter. Genießen Sie die Aufführungen und kommen Sie danach mit unseren Künstlern ins Gespräch. Die Einführungen finden jeweils um 20.00 Uhr in der Kantine des Staatstheaters statt. Die Vorstellungen beginnen jeweils um 19.30 Uhr. Bitte beachten Sie, dass jede Vorstellung aus Verbuchungsgründen terminlich nur einmalig getauscht werden kann.

Anna Karenina

Oper von Jeno Hubay nach dem Roman von Leo Tolstoi

Musikalische Leitung Sebastian Beckedorf,
Inszenierung Philipp Kochheim

Bühne Thomas Gruber
Kostüme Gabriele Jaenecke

„Alle glücklichen Familien gleichen einander, jede unglückliche Familie ist auf ihre eigene Weise unglücklich.“ Mit diesen Worten eröffnet Leo Tolstoi sein Romanepos über die Geschichten dreier adliger Familien. Im Zentrum steht mit der Titelfigur Anna Karenina eine verheiratete Frau, die scheinbar ein glückliches Leben führt. Doch dann stürzt sie sich in eine Liebesaffäre mit dem Offizier Graf Wronskij, für die sie alles zu opfern bereit ist: ihre Ehe, ihren Sohn, die Achtung der Gesellschaft und schließlich ihr eigenes Leben. Nachdem Hubays „Anna Karenina“ seit den 1930er Jahren in Vergessenheit geraten ist, ist es nun an der Zeit, dieses großartige spätromantische Werk wieder dorthin zu bringen, wo es hingehört: auf die Bühne.

Vorbereitungsabend:
Do, 20. Februar 2014, 20.00–21.30 Uhr

Treffpunkt: Kantine Großes Haus

Besuch der Vorstellung:
Di, 25. Februar 2014, 19.30 Uhr
Großes Haus

Nachbesprechung im Anschluss an die Vorstellung

Apart

Tanzstück von Katrín Hall Uraufführung. Auftragswerk

Choreographie Katrín Hall
Bühne Aðalsteinn Stefánsson

Kostüme Filippía Elísdóttir

Beziehungstragödien - kennt jeder. „It's better to burn out than to fade away." Mit diesem Satz (deutsch: „Besser schnell verbrennen als langsam verblassen.") beendete Kurt Cobain, Sänger der weltberühmten Band Nirvana, sein Leben - und damit auch seine skandalträchtige Ehe mit der Sängerin Courtney Love. Inspiriert von solchen und ähnlichen Beispielen obsessiver Verstrickung entwickelt die isländische Choreografin Katrín Hall ihre Choreografie. Sie erforscht die Extreme menschlicher Emotionen, die aus dem Widerspruch von Liebe, Hass, Leiden und Leidenschaft und der mangelnden Fähigkeit entstehen, sich auf den anderen einzulassen. Diese Intensität ist gehasst, verachtet und doch manchmal tief berührend wie das Wiedertreffen der international bekannten Performance-Künstlerin Marina Abramovic mit ihrem Partner nach mehreren Jahrzehnten.

Vorbereitungsabend:
Do, 13. März 2014, 20.00–21.30 Uhr

Treffpunkt: Kantine Großes Haus

Besuch der Vorstellung:
So, 16. März 2014, 19.30 Uhr, Großes Haus

Nachbesprechung im Anschluss an die Vorstellung

Der Liebestrank (L'elisir d'amore)

Opera buffa in zwei Akten von Gaetano Donizetti

in italienischer Sprache
mit deutschen Übertiteln

Musikalische Leitung Christopher Hein
Inszenierung Alfonso Romero Mora

Bühne Thomas Gruber
Kostüme Rosa Garcia Andujar

Ein Liebestrank, wie Isolde ihn einst Tristan eingeflößt hat - durch ein solches Wundermittel hofft Bauernbursche Nemorino, endlich bei seiner Angebeteten Adina zu landen. Tatsächlich aber verkauft Quacksalber Dulcamara dem armen Jungen nichts weiter, als eine Flasche ordinären Bordeaux, der jedoch plötzlich unerwartete Kräfte freisetzt. Mit „L'elisir d'emore" - 1832 in Mailand uraufgeführt - ist Gaetano Donizetti eine locker-leichte musikalische Komödie in bester italienischer Buffo-Manier gelungen.

Vorbereitungsabend:
Do, 24. April 2014, 20.00–21.30 Uhr

Treffpunkt: Kantine Großes Haus

Besuch der Vorstellung:
Di, 29. April 2014, 19.30 Uhr, Großes Haus

Nachbesprechung im Anschluss an die Vorstellung

Vivier - Ein Nachtprotokoll (Arbeitstitel)

Komposition von Marko Nikodijevic
Text von Gunther Geltinger

Uraufführung. Auftragswerk der Biennale München 2014

Musikalische Leitung Sebastian Beckedorf
Inszenierung Lotte de Beer

Bühne, Kostüme und Lichtdesign Clement & Sanôu

Claude Vivier zählt zu den bedeutendsten kanadischen Komponisten des 20. Jahrhunderts. Sein Leben hat nicht nur seine Kompositionen maßgeblich beeinflusst, auch steht es seinen etwa 49 hinterlassenen Werken in Sachen Faszination um nichts nach: Im Alter von drei Jahren wurde Vivier adoptiert und eckte in Jugendjahren oft an, da er stets offen mit seiner Homosexualität umging. Seine musikalische Ausbildung brachte ihn 1971 nach Europa, wo er sich schließlich in Paris niederließ. Dort fiel er im Alter von nur 34 Jahren einem schockierenden Mord zum Opfer. Ausgangspunkt für die Handlung des Musiktheaters von Marko Nikodijevic sind die letzten Stunden Viviers vor seinem Tod.

Vorbereitungsabend:
Do, 22. Mai 2014, 20.00–21.30 Uhr

Treffpunkt: Kantine Großes Haus

Besuch der Vorstellung:
Mi, 04. Juni 2014, 19.30 Uhr, Kleines Haus

Nachbesprechung im Anschluss an die Vorstellung

EKC04 Christian Steinbock, Sarah Grahneis, Stefanie Auer
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 108,- €
incl. Vorstellungsbesuche
Staatstheater, Großes Haus
Am Theater

Ihre Anmeldung wird in der Regel nicht von uns bestätigt; wenn Sie nichts von uns hören, bedeutet das „Grünes Licht"

Unsere Kursleiter/-innen

... haben alle eine entsprechende Ausbildung und meist umfangreiche Erfahrung im Unterricht mit Erwachsenen.

Literatur

Literatur-Café: Missratene Töchter und Söhne

Familiendesaster in der Literatur

Gelesen werden: 1. „Meier Helmbrecht" von Werner der Gartenaere (1250 - 1280), worin ein Bauersohn sich über seinen Stand erhebt und zum Raubritter wird, was der Vater mit Verstoßung ahndet. 2. In „Die Räuber" von Friedrich von Schiller (1781) rebellieren zwei verfeindete Brüder gegen die Vaterautorität, zerbrechen aber letztlich an der göttliche begründeten Weltordnung. 3. „Das Urteil" von Franz Kafka (1913) gestaltet die Befindlichkeit des sohnes gegenüber dem dominaten Vater, dessen Todesurteil er vollzieht. Einzeltermine möglich, Gebühr pro Einzeltermin: 15,00 €.

Teilnehmerzahl: 10 bis 30 Personen.

EKL02 Gudrun Lamberg
Do, 20. März 2014, 10.15 - 11.45 Uhr
Do, 24. April 2014, 10.15 - 11.45 Uhr
Do, 05. Juni 2014, 10.15 - 11.45 Uhr
3 Termine, 6 Unterrichtsstunden, 34,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

Literaturstammtisch

Sind Sie ständig auf der Suche nach neuem „Lesefutter"? Entspannen Sie sich gern bei kleinen Alltagsfluchten in die Welt der Literatur? Wollen Sie Bücher nicht mehr einsam verschlingen und zu schnell vergessen? Brauchen Sie Lieblingsbücher, die Sie wie gute Freunde ein Leben lang begleiten? Dann besuchen Sie diesen Kurs. Gemeinsam wollen wir uns einen Einblick in das aktuelle Buchangebot verschaffen, in neuen Büchern schmökern, Bestseller testen, Bekanntschaft mit Autoren und Autorinnen machen, aber auch alte Literaturfreundschaften auffrischen.

Teilnehmerzahl: 10 bis 30 Personen.

EKL04 Lena Kreie, Alexa Pees
Di, 01. April 2014, 10.00–11.30 Uhr
Di, 29. April 2014, 10.00–11.30 Uhr
Di, 06. Mai 2014, 10.00–11.30 Uhr
Di, 27. Mai 2014, 10.00–11.30 Uhr
Di, 03. Juni 2014, 10.00–11.30 Uhr
Di, 01. Juli 2014, 10.00–11.30 Uhr
6 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 41,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

Auf meinen Spuren: Schreibwerkstatt mit Eigen-Leben

Biographische Spuren verfolgen und verwischen, das eigene Leben als Quelle für literarische Texte nutzen... Zu diesem Wochenende sind Menschen mit und ohne Schreib-Erfahrung eingeladen; denn viel wichtiger als diese wird sein, dass Sie sich auf Schreibanregungen einlassen möch-

ten, die Ihre Lebensgeschichte betreffen. Bei Bedarf besprechen wir auch handwerkliche Aspekte der entstehenden Texte.

Teilnehmerzahl: 8 bis 14 Personen.

Bitte mitbringen: Einen Gegenstand, der Ihnen viel bedeutet - gerne aus Ihrer Kinder- oder Jugendzeit.

EKL05 Uta Löffler
Fr 07. - So 09. März 2014, Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–18.00 Uhr, So, 10.30–13.45 Uhr
3 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Wundertüte für Schreibverrückte - Schreibwerkstatt

Fotos und Brötchentüten, Ideen und Stilblüten - in meiner Werkstatt sammeln sich seit Jahren die tollsten Dinge. Jetzt ist es soweit: Ich öffne meine Wundertüte, und heraus purzeln lauter alberne, herausfordernde und schräge Schreib-Anlässe für Sie! Lassen auch Sie es purzeln, schreiben Sie (mal) wieder nach Herzenslust und freuen Sie sich an Ihren Ergebnissen und denen der anderen. Kommen Sie mit Neugierde, Sprachlust, Stift und Papier - alles andere findet sich und finden Sie hier!

Teilnehmerzahl: 8 bis 14 Personen.

EKL06 Uta Löffler
Do, 18.00–20.15 Uhr, ab 12. Juni 2014
6 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Wie man professionell und bestsellerverdächtig schreibt

Aufbaukurs

Planen Sie gerade ein eigenes Schreib-Projekt - ob Krimi, Liebesroman oder Sachbuch? Wollen Sie Ihre stilistische Sicherheit aus beruflicher Notwendigkeit verbessern? In diesem Wochenend-Seminar beschäftigen wir uns u. a. mit folgenden Themen: Die Bedürfnisse des Lesers; Von der Idee zur Geschichte; Anfänge und andere Probleme; Wie stelle ich Spannung her?; Was ist die Aufgabe des Erzählers?; Welche Rolle spielt die Erzählperspektive?; Von Stufendiagrammen und Querschnitten; Witz, Humor, Dynamik und andere Adrenalinstöße. Die Teilnehmer können ein eigenes Projekt vorstellen. Wir beschäftigen uns mit dem aktuellen Buchmarkt und der Frage, wie Ihr Manuskript einen Verlag findet. Dieses Aufbau-Seminar erfordert nicht den vorherigen Besuch des Basisseminars.

Lothar Schöne ist Autor von Romanen („Das Labyrinth des Schattens“), Erzählbänden („Schall und Rauch“), Sachbüchern („Mephisto ist müde“) und Filmdrehbüchern und wurde mehrfach mit Literaturpreisen ausgezeichnet. Im Internet: www.lothar-schoene.de

Teilnehmerzahl: 10 bis 18 Personen.

EKL14 Dr. Lothar Schöne
Fr 21. - Sa 22. März 2014
Fr, 15.00–20.00 Uhr, Sa, 10.00–18.00 Uhr
2 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 148,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

Drehbuchschreiben: Rosa Roth trifft Bella Block

Aufbauseminar

Kreative Wege zum professionellen Drehbuchschreiben

Gute Drehbuchautoren sind sehr gefragt und werden entsprechend bezahlt. In diesem Wochenend-Seminar eignen Sie sich das Handwerkszeug des Drehbuchautors an, Sie erfahren, wie man eine zündende Filmidee findet, sie als Ideenskizze formuliert und in ein Exposé überführt. Sie lernen die einzelnen Schritte der Drehbuchentwicklung kennen und verstehen, was es heißt, dramaturgisch zu denken - nicht per Theorie, sondern mittels Übungen. Wir beschäftigen uns mit den Themen Konfliktzeichnung, Figurenentwicklung und Dramaturgie. Sie erfahren Grundsätzliches über das Filmgeschäft bis hin zu der Frage, wie ich einen Produzenten für meine Filmidee finden könnte. Die Teilnehmer werden dabei einerseits kreativ tätig sein, andererseits als Skript-Doktoren fungieren. Dr. Lothar Schöne ist Autor von Filmdrehbüchern („Rosa Roth“), Romanen („Der blaue Geschmack der Welt“) und Sachbüchern („Mephisto ist müde“), wurde mehrfach mit Literaturpreisen ausgezeichnet und unterrichtet an Hochschulen das Fach Kreatives Schreiben. Im Internet: www.lothar-schoene.de.

Teilnehmerzahl: 10 bis 12 Personen.

EKL16 Dr. Lothar Schöne
Fr 20. - Sa 21. Juni 2014
Fr, 15.00–20.00 Uhr, Sa, 10.00–18.00 Uhr
2 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 148,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Drehbuchschreiben: Rosa Roth trifft Bella Block

Vorankündigung für Herbst 2014

Kreative Wege zum professionellen Drehbuchschreiben

Gute Drehbuchautoren sind sehr gefragt und werden entsprechend bezahlt. In diesem Wochenend-Seminar eignen Sie sich das Handwerkszeug des Drehbuchautors an, Sie erfahren, wie man eine zündende Filmidee findet, sie als Ideenskizze formuliert und in ein Exposé überführt. Sie lernen die einzelnen Schritte der Drehbuchentwicklung kennen und verstehen, was es heißt, dramaturgisch zu denken - nicht per Theorie, sondern mittels Übungen. Wir beschäftigen uns mit den Themen Konfliktzeichnung, Figurenentwicklung und Dramaturgie. Sie erfahren Grundsätzliches über das Filmgeschäft bis hin zu der Frage, wie ich einen Produzenten für meine Filmidee finden könnte. Die Teilnehmer werden dabei einerseits kreativ tätig sein, andererseits als Skript-Doktoren fungieren. Dr. Lothar Schöne ist Autor von Filmdrehbüchern („Rosa Roth“), Romanen („Der blaue Geschmack der Welt“) und Sachbüchern („Mephisto ist müde“), wurde mehrfach mit Literaturpreisen ausgezeichnet und unterrichtet an Hochschulen das Fach Kreatives Schreiben. Im Internet: www.lothar-schoene.de.

Teilnehmerzahl: 10 bis 12 Personen.

EKL18 Dr. Lothar Schöne
Vorankündigung für Herbst 2014
2 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 148,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Ferienkurs für Schüler: Journalistische Schreibwerkstatt

Arbeiten wie ein Journalist: In der Schreibwerkstatt bekommen die Schüler einen Überblick über die verschiedenen Darstellungsformen und deren handwerkliche Anforderungen. Im Verlauf des praxisnahen Seminars werden die Teilnehmenden Texte unterschiedlicher Gattungen schreiben, diese präsentieren und darüber diskutieren. Der Workshop richtet sich an Schüler ab Jahrgangsstufe 10.

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen.

EKL20 Insa van den Berg
Mo, 10.00–17.00 Uhr am 04. August 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 48,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

Literatur Bildungsurlaub Wochenseminar

Die folgenden Seminare stehen allen Interessierten offen. Berufstätige, die Anspruch auf Bildungsurlaub haben, erhalten eine Anmeldebestätigung, die Sie zwecks Freistellung bei Ihrem Arbeitgeber einreichen können. Die Seminare sind von der Agentur für Erwachsen- und Weiterbildung als Bildungsurlaubsveranstaltung im Rahmen des Gesetzes anerkannt.

Journalistisches Schreiben

Vorankündigung für Herbst 2014

Wie schreibt man einen Bericht? Was unterscheidet einen Kommentar von einer Rezension? Im Verlauf des praxisnahen Seminars werden die Teilnehmenden die gängigen journalistischen Darstellungsformen in Theorie und Praxis erarbeiten.

Sie werden Nachrichten schreiben, ein Interview führen und ein aktuelles Thema kommentieren. Anschließend präsentieren alle Teilnehmenden ihre Ergebnisse. Vorab erwerben sie Wissen zu den handwerklichen Anforderungen. Dazu werden unter anderem Publikationen aus Print- und Onlinemedien analysiert. Näher behandelt werden Recherchemittel als auch die Dramaturgie von Texten.

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen.

Bitte mitbringen: Notebook und Verlängerungskabel

FKL22BU Insa van den Berg
Mo, 15. - Do, 18. September 2014
jeweils von 09.00–16.30 Uhr
4 Termine, 32 Unterrichtsstunden, 205,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

Gitarre

Gitarre 1

Der Kurs Gitarre 1 richtet sich an absolute Anfänger, aber auch an ehemalige Gitarrenschüler, die nach einigen Unterrichtsstunden entmutigt waren, weil das Gitarrenspiel zu schwierig erschien. Dieser Kurs bietet den leicht möglichsten Einstieg und verzichtet dabei auf das immer gleiche Einsteiger- Einerlei und setzt von Anfang an auf inspirierende Musik. Obwohl an den kompletten Anfänger gerichtet, können Gitarristen jeder Spielstufe vom Angebot des Kurses profitieren, wie z. B. Dropt D-Tuning, verschiebbare Akkordformen und interessante Anschlagmuster.

Teilnehmerzahl: 10 bis 12 Personen.

Bitte mitbringen: Gitarre

EKM02 Olaf Preuß
Mo, 18.00–19.30 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.10

EKM04 Olaf Preuß
Di, 18.00–19.30 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Gitarre 2

Dieser Kurs richtet sich sowohl an die Teilnehmer/-innen des Kurses Gitarre 1, die im Kurs Gitarre 2 ihre Grundfertigkeiten erweitern können, als auch an jene, die schon Grundkenntnisse im Gitarrenspiel haben und diese ausbauen möchten. Themengebiete sind untere anderem: Verzierungstechniken, Sechzehntelrhythmik, der Einsatz eines Kapodasters.

Teilnehmerzahl: 10 bis 12 Personen.

Bitte mitbringen: Gitarre

EKM08 Olaf Preuß
Mo, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.10

EKM10 Olaf Preuß
Di, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 104,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.09

Blues Gitarre für Einsteiger

Dieser Kurs vermittelt über eine Auswahl von Lektionen wichtige Grundlagen zum Thema Blues Gitarre z. B. 12 Takte Blues in E (Dominant 7 th Akkorde) Finger Style Blues, 8 taktiges Bluesschema, Quick Change Blues, 12 taktiges Bluesschema in A (Sext und Nonenakkorde). Solieren über eine Blues-Progression, Turnaround Licks , Scalen und Arpeggios.

Teilnehmerzahl: 8 bis 12 Personen.
Bitte mitbringen: Gitarre

EKM12 Olaf Preuß
Sa, 22. Februar 2014, 10.00–13.15 Uhr
Sa, 01. März 2014, 10.00–13.15 Uhr
2 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 41,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

How to play Green Day

Dieser Kurs vermittelt die Gitarrentechnik von B. J. Armstrong (Palm Murting, Power-Chords, Rythmus) anhand von Songmaterial in der Originalspielweise im Stil von Brain Stew, American Idiot, Basket Case, Welcome to Paradise.

Teilnehmerzahl: 8 bis 12 Personen.
Bitte mitbringen: Gitarre

EKM14 Olaf Preuß
Sa, 10. Mai 2014, 10.00–13.15 Uhr
Sa, 17. Mai 2014, 10.00–13.15 Uhr
2 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 41,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.10

SCHIMMEL
AUSWAHLCENTRUM
BRAUNSCHWEIG

Klavier ab
1,– Euro
am Tag!*

Mieten Sie ein Klavier.

* bis zu 9 Monate bei voller Anrechnung.

Friedrich-Seele-Str. 20 I 38122 BS
Telefon 0531/8018-178
Öffnungszeiten:
Mi. – Fr. 10 – 18 Uhr I Sa. 10 – 13 Uhr
und nach Vereinbarung
www.schimmel-auswahlcentrum.de

Rock n´ Roll Instrumentals

Vorankündigung für Herbst 2014

In diesem Kurs schauen wir uns die Spielweise von Duane Eddy genauer an. Duane Eddy hat einige bekannte Gitarren-Instrumentals eingespielet, die von da an immer wieder mal aktuell wurden, wie z. B. in der Filmmusik von „Blues Brothers" (Peter Gunn), Forrest Gump (Rebel Rouser) oder von anderen Künstlern interpretiert wurden, „Ghost Riders in the Sky" (Johnny Cash). Vorkenntnisse: Grundlagen des Melodiespiels.

Teilnehmerzahl: 8 bis 12 Personen.

Bitte mitbringen: Gitarre

FKM16 Olaf Preuß
Sa, 11. Oktober 2014, 10.00–13.15 Uhr
Sa, 18. Oktober 2014, 10.00–13.15 Uhr
2 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 46,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.10

Rock Rhythmus Gitarre im Stil von Status Quo

Vorankündigung für Herbst 2014

Dieser Kurs gibt Einblicke in die Spieltechnik vom Rick Parfitt, dem Rhythmus-Gitarristen von Status Quo. Mit Songbeispielen im Stil von Caroline, Mystery Song, Rain, Hold you back, Whatever you want, werden authentische Spielweisen vermittelt, die in der Rockmusik gebraucht werden.

Teilnehmerzahl: 8 bis 12 Personen.

Bitte mitbringen: Gitarre

FKM18 Olaf Preuß
Sa, 15. November 2014, 10.00–13.15 Uhr
Sa, 22. November 2014, 10.00–13.15 Uhr
2 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 46,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.10

Tanz

Modern Dance

Modern Dance basiert auf funktionalen Körperbewegungen und dem Zusammenspiel der Faktoren Zeit, Raum und Kraft. Körper- und Wahrnehmungsübungen, Bewegungsübungen zu Musik und Tanzimprovisation vermitteln der Teilnehmenden einen ersten Einblick in die Gestaltungsmittel des modernen Tanzes. Der Besuch eines Tanzstückes im Theater kann organisiert werden. Tänzerische Vorerfahrungen sind nicht notwendig.

Teilnehmerzahl: 7 bis 10 Personen

Bitte mitbringen:
Bequeme Kleidung und dicke Socken

EKT02 Birgit Bostelmann
Sa, 13.00–18.00 Uhr am 29. März 2014
1 Termin, 6 Unterrichtsstunden, 29,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Tango Argentino - Tanzworkshop für Anfänger/-innen

Wochenendseminar

Lassen Sie sich einladen von diesem Tanz, der es Ihnen erlaubt, mit wenigen gelernten Schritten elegant übers Tanzparkett zu schweben! Ob zu traditioneller Musik oder modernem Tango von Piazzolla - Sie können alle Register zur Gestaltung ziehen: kühl oder temperamentvoll, lässig oder virtuos, traurig oder fröhlich. In entspannter Atmosphäre können auch bisherige Nicht-Tänzer zu überraschenden Erfolgen kommen: Lassen Sie sich vom Tangofieber anstecken! Auch Einzelanmeldungen sind möglich, Tanzpartner/-innen können nicht zugesagt werden.

Teilnehmerzahl: 8 bis 22 Personen.

EKT04 Birgit Disenko, Otto Köllner
Sa, 08. - So, 09. März 2014
Sa, 14.00–17.15 Uhr
So, 11.00–14.15 Uhr
2 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 60,- €
Brunsviga-Kulturzentrum
Karlstraße 35, Alter Saal

Flamenco - Tanz für Neueinsteiger/-innen

Wochenendseminar

„Olé!" rufen Publikum und Darsteller gleichermaßen, wenn die Tänzerin nach einem furiosen Solo punktgenau mit Musiker und Sänger zusammentrifft ein Ausdruck fast ekastatischer Verzückung, der sich im Rausch des Abends von der Bühne herunter dem Publikum vermittelt und alle zu emotionaler Begeisterung hinreißt. - Das können Sie lernen! Die erfahrene Solistin und Lehrerin Alya Al-Kanani, die neben zahlreichen Auftritten im In- und Ausland auch in Braunschweig bekannt ist, vermittelt Ihnen an diesem Wochenende die Grundlagen des Flamenco. Sie verbindet in ihrem Tanz ebenso wie in ihrem Unterricht die stolze Tradition des reinen Flamenco der andalusischen Zigeuner mit Elementen der Moderne. Bei dieser Körperarbeit vermittelt sie eine stolze, lebensbejahende und weibliche Grundhaltung! Damit ist die wichtigste Lektion für die spezifische Tanzsprache des Flamenco schon erlernt. Und für das Leben und Verführen auch!

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen

Bitte mitbringen: Bequeme Hose, oder, falls vorhanden, langer, schwingender Rock und feste Schuhe (keine Turnschuhe)

EKT06 Alya Al-Kanani
Sa 29. - So 30. März 2014
Sa, 11.00–14.15 Uhr
So, 11.00–14.15 Uhr
2 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 45,- €
Flamenco-Studio Alya Al-Kanani
Goslarsche Straße 35

Leidenschaftlicher Dialog ohne Worte

Kreatives Tanzwochenende für Frauen

Entdecken und entfalten Sie an diesem Wochenende ganz neue Seiten an sich! Nutzen Sie diesen neuen Raum, um Gefühle und Ideen zum Ausdruck zu bringen. Verleihen Sie Ihrer Lebenslust durch freies Tanzen, Wahrnehmungs-, Fitness- und Entspannungsübungen neue Dynamik! Alya Al-Kanani leitet Sie zu feinsinniger Körperarbeit an, die sich anfühlt wie ein Kurzurlaub für die Seele. Die Sprache des Tanzes ist so unendlich vielseitig, wie es die Musik an diesem Wochenende sein wird. Der Tanz ermöglicht Ihnen ein Vokabular, dem keine Grenzen gesetzt sind, da in jeder Bewegung menschliches Fühlen mitschwingt. Die Sprache des Tanzes überschreitet Barrieren von Klasse, Erziehung, Herkunft und Glauben. Reisen Sie in bisher unbekanntes Land in und um Sie herum.

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und dicke Strümpfe

EKT08 Alya Al-Kanani
Sa 26. - So 27. April 2014
Sa, 11.00–14.15 Uhr
So, 11.00–14.15 Uhr
2 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 45,- €
Flamenco-Studio Alya Al-Kanani
Goslarsche Straße 35

– eine gute Geschenkidee …

Zeichnen und Malen

Lust am Zeichnen

Zeichnen ist reines Vergnügen. Denn es ist die einfachste, schnellste und spontanste Art ein Bild herzustellen. Man braucht nichts weiter als einen Stift und ein Stück Papier um ein erinnerungswertes Motiv festzuhalten oder eine starke Empfindung auszudrücken. Sie werden durch eine einfache Zeichenmethode folgendes lernen: Maßvisieren, Proportionen, Perspektive, Augenhorizont, Tonwerte, Licht und Schatten, Komposition, Bleistiftzeichnung, Gegenstände zeichnen und Landschaften zeichnen - Schritt für Schritt.

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen

Bitte mitbringen: Zeichenblock A 3, Bleistifte B bis 6B, Knetgummi, Lineal, Geodreieck.

EKU02 Maria Luz Flores de Feige
Mo, 09.15 - 11.30 Uhr, ab 10. Februar 2014
12 Termine, 36 Unterrichtsstunden, 99,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.08

Aquarellieren am Nachmittag

Der besondere Reiz des Aquarells - Transparenz, Leichtigkeit, Stimmung und Ausdruck von Spontanität - erwecken in vielen den Wunsch, sich diese Technik selbst anzueignen. Sie werden fachkundig dazu angeleitet, die Grundlagen des Aquarellierens zu erlernen.

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen

Bitte mitbringen: Aquarell-Malblock ca. 40 x 50 cm, Aquarellfarben, Pinsel Größe 18 - 20, Skizzenblock, Bleistift, Maltuch, Schwamm.

EKU04 Jutta Kryck
Mo, 15.45 - 18.00 Uhr, ab 10. Februar 2014
10 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 85,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.08

Elementares Zeichnen

Die PERSPEKTIVE ist die Eigenart des menschlichen Sehens. Und SEHEN lernen ist ZEICHNEN lernen. So einfach ist das. Schön wär´s. Weil das eben nicht so einfach ist, gibt´s diesen Kurs. In einfach nachvollziehbaren Schritten werde ich Ihnen das räumliche Zeichnen erklären. Mit Hand und Stift lernen Sie eine Messtechnik kennen, die Ihnen fortan dabei helfen wird, Größenverhältnisse richtig zu ermitteln und zeichnerisch darzustellen. Begleitend dazu werden unterschiedliche Zeichenschraffurtechniken (Bleistift, Kohle, Rötel) erprobt um das sinnvollste Werkzeug für Sie zu finden. Danach geht es um das differenzierte Zeichnen von LICHT und SCHATTEN. Auch wenn Sie noch wenig zeichnerische Erfahrung haben: Kommen Sie und lernen Sie ihre Welt bewusster kennen.

Teilnehmerzahl: 9 bis 12 Personen.

Bitte mitbringen: Zeichenblock A 2, Bleistifte 2-4 B, Lineal, großes Geodreieck, Knetgummi, Malerband (Klebeband) und Papierbefestigungsklammern.

EKU06 Georg Ystein
Mo, 18.30–20.45 Uhr, ab 10. Februar 2014
10 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 126,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.08

Stimmungen in Aquarell

In großzügiger Malweise wollen wir eine Naturstimmung in eine malerische Sprache umsetzen und benutzen dabei die gesamte Palette des Aquarellmalens: Nass-auf-Trocken, Nass-in-Nass, lasierendes Malen, Experimente.

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen.

Bitte mitbringen: Aquarell-Malblock ca. 40 x 50 cm, Bleistift, Aquarellfarben, Pinsel 18 - 20, Maltuch.

EKU08 Jutta Kryck
Di, 09.15 - 11.30 Uhr, ab 11. Februar 2014
10 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 85,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.08

Grundlagen der Zeichnung

Wenn Sie noch wenig gestalterische Erfahrungen haben oder länger zurückliegende mal wieder gründlich auffrischen wollen, ja dann nehmen Sie sich doch mal die Zeit am Dienstagnachmittag, um in die Vielfalt zeichnerischer Möglichkeiten einzutauchen. In sinnvoll aufeinander aufbauenden Schritten lernen Sie die notwendigsten Grundlagen der Zeichnung kennen. Ich vermittle Ihnen perspektivische Grundkenntnisse, die Grundlagen der räumlichen Zeichnung, Licht und Schatten verbunden mit einfach nachvollziehbaren Schraffurtechniken und gebe wichtige Einblicke in das weite Feld der Bildkomposition. Während der gesamten Kursdauer erfahren Sie auch viel Wissenswertes über die zeichnerischen Mittel wie Bleistifte, Buntstifte, Rötel, Kohle und Farbkreiden. Ziel des Kurses ist, Ihnen ein breit gefächertes Bewusstsein über das Sehen und Darstellen lernen buchstäblich in die Hand zu geben.

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen.

Bitte mitbringen: Zeichenblock A3, großes Geodreieck, Bleistifte 2-4B, Zirkel, Knetradierer.

EKU10 Georg Ystein
Di, 16.00–18.15 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 136,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.08

Natürlich Aktzeichnen

Der Kurs eignet sich vornehmlich für Menschen mit noch wenig gestalterischer Erfahrung. Was erwartet Sie? Nach einer interessanten, praktisch erläuterten Einführung, werde ich Ihre ersten Zeichenschritte begleiten und Ihnen angesichts verschiedener Aktmodelle dabei helfen, sich zur eigenen Bildhandschrift zu trauen. Abstrakte Begriffe wie Proportion, Räumlichkeit und Komposition werden sinnvoll enträtselt und Sie befinden sich in guter Gesellschaft, wenn es darum geht, vom Leben auf natürlichste Weise zu lernen. Modellgeld in der Gebühr enthalten.

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen.

Bitte mitbringen: Rolle Packpapier, Zeichenkohlen-Kreiden, Cutter, Knetgummi und Papierbefestigungsklammern.

EKU12 Georg Ystein
Di, 18.30–21.15 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 55 Unterrichtsstunden, 197,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.08

Portraitmalerei vom Mensch und Tier

Ein Kurs für alle, die Spaß daran haben, eine Person oder ein Tier ihrer Wahl auf Leinwand zu bannen. Ob Neuling oder bereits erfahren, hier kann jeder teilnehmen, der gern mal den Pinsel schwingt. Wir beschäftigen uns mit Gesichtproportionen, begreifen diese als Farbflächen und -landschaften und üben uns im Mischen der Farbe, in Anlegen von Licht und Schatten. Ähnlichkeiten, nicht ausgeschlossen! Als Vorlage dienen uns gute Fotos.

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen.

Bitte mitbringen: Foto(s), Bleistift 2B oder wasserlösl. Farbstifte, Radiergummi, Leinwand (mind. 50x70 cm), Flachpinsel Gr. ca. 18, 10, 6, evlt. Schwamm, Acrylfarben z. B.: Weiß, Schwarz, Cadmium Red, Process Cyan, Process Yellow, Sienna, Ocker, evtl. Phthalo Green o.ä.), Palette zum Mischen

EKU20 Bettina Kumpe
Mi, 09.15 - 11.30 Uhr, ab 12. Februar 2014
10 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 85,- €
VHS Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.08

Fantastische Experimente

Die Phantasie gleicht einem Vogel, der wirklich fliegen will. Den eigenen Federn trauen. Die Flügel ausbreiten. Spielen Sie mit Farbe, Wasser, Pinsel, Kohle, Kreide, Stift und Papier. Erlauben Sie sich Schere, Messer und Gabel in persönlichem Licht. Lernen Sie durch zeichnen, malen, formen, bilden, fügen, schneiden, falten, sehen, fühlen, sprechen, schweigen und Ärger überwinden was es heißt, sich schöne Luft zu machen. Ich habe auch einen Vogel. Was mit ihm ist? Er fliegt! Manchmal zumindest. Und wenn, dann aber hallo!

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen.

Bitte mitbringen: Zuversicht, Zeichenpapier A1, Cutter, Acrylfarben, Caparol-Binder, Schwamm, diverse Pinsel, Spachtel und Nassklebeband.

EKU22 Georg Ystein
Mi, 18.30–21.15 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 55 Unterrichtsstunden, 164,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.08

Orientierung für künstlerische Studienanwärter/-innen

Im Kurs werdet Ihr klären können in welcher Richtung euer mögliches Talent angelegt ist. Ich werde Euch die zeichnerischen Grundlagen nahe bringen und alles besprechen, was für die erfolgreiche Gestaltung einer Bewerbungsmappe wichtig ist.

Teilnehmerzahl: 8 bis 12 Personen.

Bitte mitbringen: Zeichenblock A3, Bleistifte B-4B, Knetradierer, großes Geodreieck.

EKU24 Georg Ystein
Do, 16.00–18.15 Uhr, ab 13. Februar 2014
10 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 147,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.08

Porträt, Figur, Akt - Bilder vom Menschen

Zeichnen und Malen am Nachmittag für Anfänger und Fortgeschrittene - fortlaufender Einstieg möglich

Die menschliche Gestalt bietet eine Vielzahl von Gründen sie darzustellen. Ebenso vielfältig sind die Techniken wie auch die Sicht- und Zugriffsweisen. Eine Ordnung zur Darstellung des Menschen ist nicht mehr im Bewusstsein. Nach der Vermittlung von Regeln vollzieht sich das Lernen selbst in der Hingabe an das Bildschaffen. Die Ausübung des erlernbaren Teils der Gestaltung führt zur Begegnung mit dem eigenen künstlerischen Wollen. Im Abweichen vom Bekannten wird der eigene künstlerische Ausdruck sichtbar. Zentrale gemeinsame und auch individuellen Bildbesprechungen zeigen eine Einordnung des Geschaffenen in die Kunstgeschichte. Eine begründete Artikulation wächst mit dem Wahrgenommenem und verändert den Ausdruck.

Beim Einsatz von Modellen kann ein zusätzliches Entgelt entstehen.

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen

Bitte mitbringen: Zeichenblock DIN A2 (doppelte Schulblockgröße), Bleistift HB, Radiergummi -Läufer Plast 0140/0120, Anspitzer, Lineal (mind. 50 cm).

Fortgeschrittene: das Material ihrer jeweiligen Technik.

EKU26 Wolfgang Schmidt
Do, 16.00–18.15 Uhr, ab 13. Februar 2014
12 Termine, 36 Unterrichtsstunden, 99,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Aktion Akt

Lust auf Figur? Hier lernen Sie das freie künstlerische Arbeiten angesichts des Aktmodells. Zunächst vermittle ich Ihnen wesentliche Grundkenntnisse, die die Basis bilden, auf der Sie Ihre eigene Ausdrucksweise entfalten werden. Dabei helfen Ihnen unterschiedliche Arbeitstechniken: Angefangen mit Zeichenkohle auf Packpapier, können Sie schon bald farbige Kreiden und Mischtechniken erproben, bis je nach Bedarf die Wassertechniken (Acryl, Aquarell, Tempera, etc.) zum Einsatz kommen. Begleitend dazu wird das Kennenlernen anderer Sicht- und Arbeitsweisen Ihren kreativen Erfahrungsschatz sinnvoll bereichern! Modellgeld in der Gebühr enthalten.

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen.

Bitte mitbringen: Neugier, Rolle Packpapier, Zeichenkohle, Pastellkreiden, Cutter, Knetgummi und Papierbefestigungsklammern.

EKU28 Georg Ystein
Do, 18.30–21.15 Uhr
ab 13. Februar 2014
15 Termine, 55 Unterrichtsstunden, 197,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.08

Peinture - freies Malen und Zeichnen

Dieses Angebot richtet sich an alle, die in die künstlerische Arbeit „hineingerochen" haben und ihre Fähigkeiten ausbauen möchten. Ich führe Sie an die Tricks und Techniken der Malerei heran, die Sie befähigen, ein „richtiges" Öl- oder Acrylbild auf Leinwand zu malen. Ich gehe speziell auf die Möglichkeiten der Zeichnung, der Farbe, der Gesetze der Bildgestaltung (Komposition) ein. Der Weg von der Skizze zum „fertigen" Bild soll anschaulich gemacht werden. Ihre individuellen Bildvorstellungen sind der Kern dieses Kurses. Gegenständliches oder Abstraktes ist gleichermaßen möglich.

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen.

Bitte mitbringen: Papier, Bleistift/Kohle, Skizzen, Fotos, Entwürfe.

EKU30 Thorsten Freye
Do, 18.30–20.45 Uhr
ab 13. Februar 2014
12 Termine, 36 Unterrichtsstunden, 99,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.03

Zeichnen und Malen lernen - Kunst schaffen

für Anfänger und Fortgeschrittene - laufender Einstieg möglich

In kompakter und grundlegender Form werden die Grundlagen der Zeichenkunst, der Malerei und des bildnerischen Gestaltens erlernt. Die Mittel der Gestaltung wie Linie und Fläche, Struktur und farbiges Zeichnen, der Einsatz von Hell und Dunkel sowie die Perspektive und die Komposition werden nachhaltig benannt und anhand von Gegenständen, Stillleben und Portraits wie auch anhand der Figur und der Landschaft intensiv eingeübt. Der bewusste Umgang mit den Regeln der Gestaltung führt zur Begegnung mit dem eigenen künstlerischen Ausdruckswillen und öffnet das Tor zur Gestaltung einer eigenen künstlerischen Erlebniswelt. Fortgeschrittene Zeichner und Maler können im eigenen künstlerischen Schaffen begleitet oder mit neuen Ideen und Aufgaben gefördert werden. Verbindendes Hauptelement des Kurses sind zentrale gemeinsame und auch individuelle Bildbesprechungen. Sie geben Anlass zu Einblicken und zur Einordnung des eigenen Kunstschaffens in die Kunstgeschichte. Eine artikulierten Begründung wächst mit der Zunahme des Wahrgenommenen.

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen

Bitte mitbringen: Bleistift Härtegrad HB, Radiergummi -Läufer Plast 0140/0120, Anspitzer, Zeichenblock DIN A2 (doppelte Schulblockgröße), Lineal (mind. 50 cm), Fortgeschrittene: das Material ihrer jeweiligen Technik.

EKU32 Wolfgang Schmidt
Do, 19.00–21.15 Uhr
ab 13. Februar 2014
12 Termine, 36 Unterrichtsstunden, 99,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Wege der Kunst - Wege der Veränderung

Intensive und individuelle Wegbegleitung durch künstlerische Prozesse. Die Grundlage dieses Kunsttherapie ist das anthroposophische Welt- und Menschenverständnis: das Zusammenwirken von Körper, Seele und Geist. Farbe als Impuls und umfassende Wirklichkeit, Farben und ihre Wirkung sind hier die Themen. Gemalt wird in Acryl oder in Eitempera. Transparenz und Dichte, Klarheit und Verschwommenheit, kalt und warm und andere Gegensätze stehen sowie bildkompositorische Übungen auf dem Programm.

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen

Bitte mitbringen: Zeichenblock A3, Acrylfarben oder Eitempera, Schwamm, div. Pinsel, Nassklebeband

EKU34 Maria Luz Flores de Feige
Fr, 09.15 - 11.30 Uhr
ab 14. Februar 2014
12 Termine, 36 Unterrichtsstunden, 99,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.08

Zeichnen und Malen Wochenende

Workshop Öl & Acryl - in jedem steckt ein Künstler

Wochenendseminar

Acrylfarben sind die kleinen Schwestern der Ölfarben und haben andere Reize als die historische Ölfarbe. Acrylfarben und Ölfarben lassen sich im Bildaufbau gut kombinieren - dies soll in diesem Kurs vermittelt werden. Wir wollen ein Wochenende experimentieren. Durch Anregungen und Hilfe sollen Sie die Möglichkeit haben, eigene Ideen malerisch umzusetzen. Es werden keine Themen vorgegeben, so dass jeder individuell an seinen eigenen Bildern arbeiten kann. Der Kurs richtet sich an Menschen ohne Vorkenntnisse, ebenso wie an jeden, der Spaß an der Malerei hat. Frei nach dem Motto: In jedem steckt ein Künstler. Material zusätzlich, kann gegen Kostenerstattung von der Dozentin erworben werden.

Teilnehmerzahl: 8 bis 14 Personen.

Bitte mitbringen: Alte Lappen und alte Kleidung (unempfindlich) anziehen.

EKU50 Julia Wally Wagner
Sa 15. - So 16. Februar 2014
Sa, 10.00–18.00 Uhr,, So, 10.00–16.00 Uhr
2 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 66,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.08

Unsere Kursleiter/-innen

... haben alle eine entsprechende Ausbildung und meist umfangreiche Erfahrung im Unterricht mit Erwachsenen.

Vom Buntpapier zum Buch - Mixed Media Journal

Wochenendseminar

Pinseltanz und Klecksgewitter, Papiergestaltung unbeschwert, leicht, frei durch Malen, Stempel, Sprühen, Doodeln u. a.. Papier trifft Stoff, durch Nähen, Kleben oder Heften unkonventionelles Buchbinden, Bänderknoten - einfach. Ein individuelles Buch entsteht. Es ist schon ein Schatz für sich, kann weiter als Tagebuch, Reisebegleiter, Fotoalbum und vieles mehr verwendet werden. Keine Kenntnisse erforderlich. Materialkosten zusätzlich: 15,00 €.

Teilnehmerzahl: 10 bis 12 Personen.

Bitte mitbringen: Aquarellpapier A2 oder A3 300g, Acrylfarbe in den Lieblingsfarben, wasserfeste schwarze Tusche, verschiedene Pinsel, Lineal, doppelseitiges Klebeband, Cutter oder Rollschneider, Stoffreste, stumpfe Sticknadel, verschiedene Bänder, Perlen, Knöpfe, wer hat - Falzbein, Ahle, Schablonen, wer nähen möchte - Nähmaschine und Nähgarn

EKU51 Sandra Lenuweit
Sa 15. - So 16. März 2014
Sa, 09.00–18.00 Uhr
So, 10.00–15.30 Uhr
2 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 63,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.08

Aquarell

Wochenendseminar

Mit leuchtenden Aquarellfarben werden wir den Frühling einfangen: bunte Blumenwiesen, weite Landschaften. Klassische Aquarelltechniken mit vielen Tipps und Ideen.

Teilnehmerzahl: 10 bis 14 Personen.

Bitte mitbringen: Aquarell-Malblock ca. 40 x 50 cm, mind. 200g Papiergewicht, Skizzenblock, Bleistift, Aquarellfarben, Pinsel 18 - 20, Schwamm, Maltuch.

EKU52 Jutta Kryck
Fr 21. - So 23. März 2014, Fr, 18.00–21.00 Uhr
Sa, 09.00–17.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
3 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 69,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.08

Experimente in Farbe - Maltag

Einen Tag nutzen für das eigene Kreative Schaffen. Impulsives Arbeiten, spontan ohne den Kopf groß zu benutzen. Eintauchen in das Meer der Möglichkeiten. In verschiedensten Techniken auf überwiegend großen Formaten werden wir malen. Bitte Arbeitskleidung anziehen und Lappen mitbringen. Materialkosten zusätzlich: 15,00 € je nach Verbrauch.

Teilnehmerzahl: 8 bis 14 Personen.

EKU54 Julia Wally Wagner
Sa, 10.00–18.00 Uhr am 22. März 2014
1 Termin, 10 Unterrichtsstunden, 35,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.01

AKT - FIGUR

Für Anfänger/-innen wie Fortgeschrittene steht das zeichnen der nackten wie der bekleideten menschlichen Figur im Mittelpunkt.

Modellgeld in der Gebühr enthalten.
Teilnehmerzahl: 8 Personen

Bitte mitbringen: Rolle Packpapier, Zeichenkohle, Rötelkreide, Knetgummi und Papierbefestigungsklammern.

EKU56 Georg Ystein
Fr, 28. März 2014, 15.00–18.00 Uhr
Sa, 29. März 2014, 09.00–18.00 Uhr
So, 30. März 2014, 09.00–16.00 Uhr
3 Termine, 21 Unterrichtsstunden, 159,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.08

Atelier

Wochenendseminar

Wochenende. Zeit für Blau haben. Grün wittern. Gelb müde sein. Lila ausruhen. Rot träumen. Türkis spüren. Dem Violett Silberfeuer machen. Frei zeichnen, malen und mit verschiedensten Materialien experimentieren. Sich spielerisch eigenen Wind in die Segel treiben. Freuen. Ärgern. Reden. Schweigen. Andere Sichtweisen kennen lernen. Auf künstlerische Entdeckungsreise gehen. Fühlen, wie spannend entspannendes Arbeiten sein kann. Ein sinnvoller Ort. Wochenende.

Teilnehmerzahl: 10 bis 14 Personen

Bitte mitbringen: Zeichenpapier A1, Acrylfarben, Caparol-Binder, Cutter, Schwamm, div. Pinsel, Spachtel und Nassklebeband.

EKU57 Georg Ystein
Fr 31. - So 02. Februar 2014, Fr, 18.00–21.00 Uhr
Sa, 09.00–18.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
3 Termine, 21 Unterrichtsstunden, 69,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.08

EKU58 Georg Ystein
Fr 09. - So 11. Mai 2014, Fr, 18.00–21.00 Uhr
Sa, 09.00–18.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
3 Termine, 21 Unterrichtsstunden, 69,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.08

EKU60 Georg Ystein
Fr 13. - So 15. Juni 2014, Fr, 18.00–21.00 Uhr
Sa, 09.00–18.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
3 Termine, 21 Unterrichtsstunden, 69,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.08

Kopfzeichnen

Wochenendseminar

In diesem Wochenendkurs lernen Sie zunächst den allgemeinen Aufbau eines menschlichen Kopfes zu zeichnen. Die Kopfform und die systematische Organisation seiner Details wie Augen, Nase, Mund und Ohren werden sinnvoll trainiert. Auf diese Basiserfahrungen aufbauend werden Sie sich mit dem menschlichen Modell auseinandersetzen. Hierbei geht es um die zeichnerische Annäherung an die tatsächliche Erscheinungsform eines menschlichen Kopfes wie um seinen sinnlichen Ausdruck. Sie befinden sich in einer bewusst klein gehaltenen Gruppe und lernen verschiedene Techniken kennen, die Ihnen auf interessante Weise helfen werden, eigenste gestalterische Ausdrucksweisen zu kultivieren. Modellgeld in der Gebühr enthalten.

Teilnehmerzahl: 6 - 8 Personen

Bitte mitbringen: Zeichenblock A2, Bleistifte B-3B, Buntstifte Knetgummi.

EKU62 Georg Ystein
Fr 23. - So 25. Mai 2014, Fr, 18.00–21.00 Uhr
Sa, 09.00–18.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
3 Termine, 21 Unterrichtsstunden, 149,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.08

Akt kompakt

Wochenendseminar

Worum gehts? Am Wochenende mal schön vom Leben lernen. Hier ist es möglich. Wie bringt man den eigenen Blick auf die menschliche Figur sinnvoll zu Papier? Was ist Proportion? Wie baut man einen Kopf auf? Bewegung skizzieren. Wie geht das? Auch wenn Sie das noch nie gemacht haben. Trauen Sie sich. Angesichts unterschiedlicher Aktmodelle, begleite ich Sie beim künstlerischen Eintauchen in die Fülle neuer Erfahrungen. Kurz Ruhe dann. Auftauchen. Antworten finden. Und den eigenen Eindrücken langsam individuelle Bildgestalt verleihen lernen. Darum gehts! Modellgeld in der Gebühr enthalten.

Teilnehmerzahl: 8 Personen.

Bitte mitbringen: Zwei Rollen Packpapier, Zeichenkohle, Pastellkreiden, Cutter, Knetgummi und Papierbefestigungsklammern.

EKU64 Georg Ystein
Fr 27. - So 29. Juni 2014
Fr, 18.00–21.00 Uhr
Sa, 09.00–18.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
3 Termine, 21 Unterrichtsstunden, 146,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.08

Zeichnen

Wochenendseminar

Hier werde ich Ihnen die wesentlichen Grundlagen der Zeichnung in gut nachvollziehbarer Form vermitteln. Zunächst geht es um das Verstehen und Zeichnen perspektivischer Ansichten. In darauf folgenden Schraffurübungen wird dann der richtige Einsatz der Zeichenstifte in Bezug auf Hell und Dunkel trainiert. Das räumliche Sehen und Darstellen wird sensibilisiert und der Einsatz unterschiedlicher Zeichenmittel (Bleistift, Kohle, Rötel, etc.) gefördert . Die bis dahin gemachten Erfahrungen münden schließlich in das Zeichnen interessant zusammengestellter Stilleben.

Teilnehmerzahl: 8 Personen.

EKU66 Georg Ystein
Fr 01. - So 03. August 2014, Fr, 18.00–21.00 Uhr
Sa, 09.00–18.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
3 Termine, 21 Unterrichtsstunden, 89,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.08

Genuss und Kunst - bei Rosé aus der Provence mit Pinsel und Farbe Impressionen auf die Leinwand bringen

Sie zieht jeden in ihren Bann – die Provence. Land des Lichts, Inspiration der Maler, Feuerwerk der Farben, Heimat der Sonne und des Weins. Eine sinnliche Landschaft, in der Lavendel, Salbei, Minze und Rosmarin die Nase kitzeln, in der besonders der Rosé mit seiner leuchtenden Farbe und seinem unvergleichlichen Aroma das Auge und den Gaumen verwöhnt. Lassen Sie sich von der Provence, die geprägt ist von der Vielfalt und Frische eines Paradieses, verzaubern, öffnen Sie den überwältigenden Aromen und Düften Ihre Sinne und lassen Sie Wein, Muße, Malerei und Impressionen auf sich wirken. An diesem Abend stehen Ihnen Leinwand, Pinsel, Farb-Pigmente, Acrylfarben etc. zur Verfügung. Künstlerisch begleitet – mit kleinen theoretischen Ausflügen zu Material, Technik und Thema beginnen Sie, ein aufgebautes Stillleben zu erfassen – von der Skizze über die malerische Umsetzung im Stil der Impressionisten, bis hin zum vollendeten Bild. Ihr Werk – ein Ausdruck Ihrer Assoziationsräume – Ihr Stillleben gebannt in Form und Farbe.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Teilnehmerzahl: 12 Personen.
Bitte mitbringen: Alte Lappen und alte Kleidung zum Malen.

BEGW08 Dorothee Hermann und Anja Fass
69,- € – zzgl. 10,- bis 20,- € Materialkosten
Sa, 15.00 - 22.00 Uhr, am 22. März 2014
FarbRaum Anja Fass
Hamburger Straße 273 B/ B17+B18

Zeichnen und Malen Wochenkurse

Atelierwoche im Frühling 2014

Dieses Kreativseminar bietet allen künstlerisch Interessierten wesentliche Erfahrungen und ganz neue Einblicke in das eigene Gestaltungsvermögen. Die sechs lehrreichen Tage sind in drei wesentliche Bereiche des künstlerischen Schaffens gegliedert: zwei Tage Aktzeichnen, zwei Tage plastisch gestalten und zwei Tage des experimentellen Arbeitens. Die Kursdauer von sechs Tagen garantiert dabei Kontinuität und dadurch beste Lernergebnisse. Los geht´s am Montag mit Aktzeichnen. Gerade auch Neueinsteiger/-innen erwartet eine interessante Einführung ins Thema und schon am Dienstag zeigen sich erfahrungsgemäß erstaunliche Arbeitsergebnisse. Am Mittwoch folgt das plastische Gestalten. Ich gebe ein Thema und die Teilnehmenden werden ihre Ideen mittels vorhandenen Modellierton formen. Die dabei entstehenden Skulpturen finden sich am Donnerstag als großes Stillleben gruppiert. Ich gebe sinnvolle Anleitung wie das gezeichnet oder gemalt werden kann. Freitag und Samstag stehen dann ganz im Zeichen des experimentellen künstlerischen Arbeitens. Hierbei erfahren die Teilnehmenden viel Wissenswertes über die optimale Vorbereitung von Bildgründen, die Maltechniken, den Einsatz unterschiedlicher Arbeitsmittel und deren aussagekräftiger Anwendung im persönlichen Bild. Modellgeld in der Gebühr enthalten. Eine ausführliche Materialliste zum Seminar finden Sie im Internet unter der Kursankündigung oder fordern Sie die Liste telefonisch bei uns in der Geschäftsstelle unter 0531 2412-0 an.

Teilnehmerzahl: 9 - 12 Personen.

Bitte mitbringen: Rolle Packpapier, Zeichenkohle, Pastellkreiden, Cutter, Knetgummi und Papierbefestigungsklammern.

EKU72 Georg Ystein
Mo 07. - Sa 12. April 2014, Mo 11.15 - 18.15 Uhr
Di - Fr 09.00–18.00 Uhr, Sa 09.00–17.15 Uhr
6 Termine, 55 Unterrichtsstunden, 237,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.08

Ihre Anmeldung wird in der Regel nicht von uns bestätigt; wenn Sie nichts von uns hören, bedeutet das „Grünes Licht"

Atelierwoche im Sommer 2014

Dieses Kreativseminar bietet allen künstlerisch Interessierten wesentliche Erfahrungen und ganz neue Einblicke in das eigene Gestaltungsvermögen. Die sechs lehrreichen Tage sind in drei wesentliche Bereiche des künstlerischen Schaffens gegliedert: zwei Tage Aktzeichnen, zwei Tage plastisch gestalten und zwei Tage des experimentellen Arbeitens. Die Kursdauer von sechs Tagen garantiert dabei Kontinuität und dadurch beste Lernergebnisse. Los geht´s am Montag mit Aktzeichnen. Gerade auch Neueinsteiger/-innen erwartet eine interessante Einführung ins Thema und schon am Dienstag zeigen sich erfahrungsgemäß erstaunliche Arbeitsergebnisse. Am Mittwoch folgt das plastische Gestalten. Ich gebe ein Thema und die Teilnehmenden werden ihre Ideen mittels vorhandenen Modellierton formen. Die dabei entstehenden Skulpturen finden sich am Donnerstag als großes Stillleben gruppiert. Ich gebe sinnvolle Anleitung wie das gezeichnet oder gemalt werden kann. Freitag und Samstag stehen dann ganz im Zeichen des experimentellen künstlerischen Arbeitens. Hierbei erfahren die Teilnehmenden viel Wissenswertes über die optimale Vorbereitung von Bildgründen, die Maltechniken, den Einsatz unterschiedlicher Arbeitsmittel und deren aussagekräftiger Anwendung im persönlichen Bild. Modellgeld in der Gebühr enthalten. Eine ausführliche Materialliste finden Sie im Internet unter der Kursankündigung oder fordern Sie diese telefonischan unter: 0531 2412-0.

Teilnehmerzahl: 9 - 12 Personen.

Bitte mitbringen: Rolle Packpapier, Zeichenkohle, Pastellkreiden, Cutter, Knetgummi und Papierbefestigungsklammern.

FKU74 Georg Ystein
Mo 07. - Sa 12. April 2014, Mo 11.15 - 18.15 Uhr
Di - Fr 09.00–18.00 Uhr, Sa 09.00–17.15 Uhr
6 Termine, 55 Unterrichtsstunden, 237,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.08

Werkstattkurse, Kreatives Gestalten

Goldschmieden als Hobby

In harmonischer Runde von Anfängern und Fortgeschrittenen setzen wir eigene Ideen in die Tat um. Durch einfache Grundtechniken (sägen, feilen, fräsen, löten und schmieden) und mit viel Geduld fertigen die Teilnehmer/-innen ihre Schmuckstücke nach individuellen Vorstellungen in Silber. Farbliche Akzente können mit Gold oder Kupfer gesetzt werden, aber auch Farbsteine, Perlen und andere Materialien können in sorgfältiger Feinarbeit in Szene gesetzt werden. Staunen Sie, was in Ihnen steckt und lassen sie es raus! Materialkosten zusätzlich.

Teilnehmerzahl: 8 bis 10 Personen.

EKW01 Claudia Rückum
Mo, 18.45 - 21.00 Uhr, ab 10. Februar 2014
10 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 129,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.03

EKW02 Claudia Rückum
Di, 19.15 - 21.30 Uhr, ab 11. Februar 2014
10 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 129,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.03

Schmuck aus Besteck

In diesem Kurs wollen wir aus Silberbesteck (Stempel 800 oder 900) Schmuck herstellen. Die Besteckstücke können im Kurs erworben werden oder natürlich auch mitgebracht werden. Es können Ringe, Anhänger, Armreifen oder Broschen gearbeitet werden.

Teilnehmerzahl: 8 bis 10 Personen.

EKW03 Claudia Rückum
Sa, 18. Januar 2014, 14.00–18.00 Uhr
So, 19. Januar 2014, 11.00–15.30 Uhr
2 Termine, 10 Unterrichtsstunden, 49,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.03

Eigene Frühlingsbilder gestalten

Mit Vorlagen Bilder herstellen und drucken

Mit Vorlagen aus der Natur und der bildnerischen Welt, inspiriert durch Wörter, Gedichte und Literatur, werden wir in diesem Kompaktkurs eigene Bilder zum Thema ‚Frühling' gestalten. Sie können unter Anleitung aus den Materialien Bilder entstehen lassen oder selbst Motive mit Hilfe zeichnen und dann mit einer Papierschnitttechnik Vorlagen herstellen und drucken. Eigene Ideen und Vorlagen sind ebenfalls willkommen und können mitgebracht werden. Durch die Methode des Druckens werden auch einfache Motive wie z. B. Blumen oder eine Wiese und Wolken wirkungsvoll zur Geltung kommen. Es entstehen Unikate oder Serien mit kleinen Formaten. Der Kurs eignet sich für Anfänger als auch Fortgeschrittene.

Teilnehmerzahl: 5 bis 10 Personen.

EKW04 Bianca Höltje
Sa, 10.00–17.15 Uhr am 15. März 2014
1 Termin, 7 Unterrichtsstunden, 58,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.03

Kalligrafie - irische Schrift und Ornamentik

Kalligrafisches Thema sind diesmal irische Schriften und keltische Ornamentik. Wir erforschen mit Feder und Tinte die Schriften der irischen Mönche und suchen anschließend nach modernen Ausdrucksformen. Ergänzt werden die Kalligrafien durch farbige Schmuck-Elemente. Am Ende des Kurses können die Arbeiten in einem Büchlein zusammengefaßt werden. Vorkenntnisse nicht erforderlich.

Teilnehmerzahl: 10 bis 12 Personen.

Bitte mitbringen: kariertes Papier (Block/Heft DIN A4) und Zeichen- oder Skizzenblock DIN A3, Federhalter und Bandzugfedern, farbige Tinten oder Holzbeizen zum Anmischen; Pinsel, Bleistift, Lineal, Schere, Küchenrolle, Wasserglas, Behälter zum Anmischen von Farben. Federn und Halter sind auch bei der Dozentin erhältlich (ca. 3 Euro).

EKW06 Sabine Pfeiffer
Mi, 18.30–20.45 Uhr, ab 05. März 2014
5 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 58,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.10

Arbeiten mit Speckstein

In diesem zweitägigen Kurs, der sich an alle Interessierten wendet und keine Vorkenntnisse voraussetzt, erlernen wir einfache Grundtechniken, um handgroße Speicksteine zu bearbeiten. Dabei setzen wir mit handlichen Werkzeugen eigene Ideen kreativ in die Tat um. Materialkosten für Speckstein zusätzlich, je nach Verbrauch.

Teilnehmerzahl: 8 bis 10 Personen.

EKW08 Hannah Schuhmacher
Di, 18.30–20.45 Uhr, ab 13. Mai 2014
2 Termine, 6 Unterrichtsstunden, 39,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.03

Kraft des Steines - Arbeiten mit Speckstein

In diesem zweitägigen Seminar können Sie die Kraft des Steines für sich entdecken. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt. Nach einer Einführungspräsentation leite ich Sie dazu an, Ihre Sinne beim Bildhauen einzusetzen. Es wird mit Speckstein gearbeitet. Entdecken Sie, wie Sie das Bildhauen in Bewegung setzt. Grundtechniken sind schnell erlernt. Setzen Sie ihre Kreativität in die Tat um und geben Sie ihrem Stein eine neue Form. Materialkosten für Speckstein zusätzlich, je nach Verbrauch.

Teilnehmerzahl: 8 bis 10 Personen.

EKW10 Hannah Schuhmacher
Sa, 14. Juni 2014, 11.00–16.00 Uhr
So, 15. Juni 2014, 11.00–16.00 Uhr
2 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 63,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.03

Natur

Feuer-Kochkurs
Einzelveranstaltung

Süße und salzige Leckereien auf dem Feuer zu kochen ist etwas ganz Besonderes. Zu Beginn lernen wir, wie man ein Feuer auf traditionelle Art mit Feuerstein und Eisen entzündet. Wir probieren verschiedene Kochtechniken aus - vom Brot backen aus dem selbstgebauten Steinofen bis zum Garen in der Glut. Bei einer gemütlichen Lagerfeuerrunde lassen wir uns die Köstlichkeiten schmecken und den Tag ausklingen.

Bitte mitbringen: Festes Schuhwerk, der Witterung angepasste Kleidung, Regenschutz

EMN10 Anke Kossak
Sa, 09.30–15.30 Uhr am 03. Mai 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 29,- €
Zusatzkosten von 10,00 € für Lebensmittel werden von der KL erhoben
Eingang Kennelbad in Braunschweig vor dem Drehkreuz

Piraten-Floß ahoi! Ein Abenteuertag für die ganze Familie
Einzelveranstaltung

Natur und Gemeinschaft erleben, gemeinsam planen und experimentieren. Wir bauen unser eigenes Floß und stechen in See. Natürlich ist die spannende Frage: wird das Floß uns alle tragen? Werden wir trocken das andere Ufer erreichen? Können wir den uralten Schatz heben? Anschließend stärken wir uns mit einem leckeren Grillbuffet, zu dem jeder etwas mitbringt. Eine spannende Herausforderung und ganz bestimmt ein tolles gemeinsames Erlebnis! Für Kinder ab 5 Jahren. Schwimmwesten für alle werden gestellt.

Bitte mitbringen: Badesachen, Wechselkleidung, Regenschutz, Snack und Getränk, Grillgut (Grill wird gestellt)

EMN11 Anke Kossak
So, 09.30–15.30 Uhr am 10. August 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 58,- €
1 Elternteil mit Kind, Geschwisterkind 25,00€
In der Natur rund um Braunschweig
(Treffpunkt wird mitgeteilt)

Motorkettensäge
Arbeitssicherheit im Wald - Erwerb des „Motorsägenführerscheins“ - Mindestalter 18 Jahre

Vorankündigung Herbst 2014

Mit den deutlich gestiegenen Öl- und Gaspreisen hält die Nachfrage nach Brennholz unvermindert stark an. Viele greifen selbst zur Motorsäge, um in den Wäldern Holz zu gewinnen. Doch Motorsägenarbeiten sind generell mit einem hohen Gefahrenpotenzial verbunden. Dies gilt besonders für Personen, die nur gelegentlich mit der Motorsäge umgehen und daher wenig Übung haben wie die Selbstwerber, die Brennholz für den eigenen Bedarf herstellen. Die Unfälle bei diesem Personenkreis haben in den letzten Jahren stark zugenommen. Die soziale Verantwortung für die im Wald arbeitenden Menschen wird vom Waldbesitz sehr ernst genommen. Auch im Privatwald setzt sich die Erkenntnis durch, dass ausschließlich Brennholzaufarbeiter in den Wald gelassen werden, die eine Motorsägenberechtigung vorweisen können. In diesem Kurs werden die Grundbegriffe der Arbeit mit der Motorsäge vermittelt. Unter Leitung von Forstoberinspektor Axel Hartge finden nach einer Theorievermittlung praktische Vorführungen und Übungen im Wald statt.

Weitere Information zum Praxistag erhalten Sie zu Kursbeginn vom Leiter der mobilen Waldarbeitsschule der Landwirtschaftskammer Niedersachsen.

Bitte mitbringen: Schutzkleidung (u. a. Sicherheitshelm und -schuhe, Schnittschutzhose, Augen- und Gehörschutz) und Werkzeug soweit vorhanden. Motorsäge und Werkzeug können auch gestellt werden.

FMN20 Axel Hartge
Fr. 24.10.2014 - Sa. 25.10.2014
Fr. 24.10. 2014 14:00 - 19:00 Uhr
Anmeldeschluss ist der 14.10.2014
2 Termine, 14 Unterrichtsstunden, 122,- €
Gebühr inkl. der sonstigen Materialkosten
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Internationale Filme

A touch of Sin / Tian Zhu Ding
von Jia Zhang, China 2013

Originalversion mit Untertiteln
So, 23. Februar 2014, 17.00 Uhr
7 €
Universum-Kino
BEIL05 *Anmeldung erforderlich*

Eine Kooperation der Volkshochschule mit dem
UNIVERSUM Filmtheater

Information zu den Fotokursen

In den Fotokursen wird neben den Praxisanteilen auch Grundlagentheorie vermittelt. Wer die Technik beherrscht macht auch gute Fotos.
Wenn Sie unsicher sind, welcher Kurs der richtige für Sie ist, dann wenden Sie sich an die Fachberatung.
Im Bildungsurlaub ist ein Praxisanteil von max. 25% enthalten, da es sich hier um gesetzliche Vorgaben handelt.

Fotografie

Der digitale Workflow in der Fotografie - Von der Bildaufnahme bis zur Bildausgabe
Bildungsurlaub / Wochenseminar

In diesem Kurs soll ein Überblick gegeben werden über die einzelnen Schritte des sogenannten „fotografischen Workflows“, also vom Fotografieren bis zum fertigen Bild.

Grundkenntnisse im Umgang mit der Kamera bzw. mit dem PC werden vorausgesetzt. Behandelt werden, zum Teil mit praktischen Übungen, folgende Themenbereiche:

- Umgang mit der digitalen Spiegelreflexkamera
- Beleuchtung und Belichtung
- Bewusstes Einsetzen von Gestaltungselementen (Bildaufbau, Licht, Perspektive, Schärfe, Bildausschnitt)
- Kriterien zur Bildanalyse und -kritik
- Sichtung und digitale Archivierung von Fotos
- Fotografische Datenformate
- Farbmanagement
- Bildbearbeitung
- Ausgabe von digitalen Fotos

Dieses Seminar ist im Rahmen der beruflichen Weiterbildung nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz anerkannt. Es steht jedoch allen Interessierten offen.

Weitere Informationen:
www.fotoundfilm.de

Bitte mitbringen: Zum ersten Termin bringen Sie bitte Ihre Fotoapparate sowie eine Auswahl von eigenen digitalen Fotos auf einem USB-Stick mit.

EMV01BU Klaus Wefringhaus
Mo 17.03. - Fr 21.03.2014, 09.00–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 168,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.11

EMV02BU Klaus Wefringhaus
Mo 21.07. - Fr 25.07.2014, 09.00–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 168,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.11

Fotografie für Anfängerinnen und Anfänger - digital

In diesem Kurs wird über die wichtigsten Grundbegriffe des Fotografierens mit der digitalen Spiegelreflexkamera gesprochen - über die Technik und die Anwendung, also Theorie und Praxis.

Einzelne Themen sind:

- Kamerafunktionen, Blende, Verschluss, richtige Belichtung
- Objektive (Weitwinkel-, Normal- und Teleobjektive, Sonderformen)
- Schärfe und Tiefenschärfe
- Beleuchtung (vorhandenes Licht, Kunstlicht)

Durch Bildbesprechungen von eigenen mitgebrachten sowie im Kurs gemeinsam fotografierten Bildern wird das inhaltliche Herangehen und ein sicherer Umgang mit der Bildgestaltung geübt.

Weitere Informationen:
www.fotoundfilm.de

Bitte mitbringen: Zum ersten Termin bringen Sie bitte Ihre Fotoapparate sowie eine Auswahl eigener Fotos auf einem USB-Stick mit.

EMV03 Klaus Wefringhaus
Fr, 28. Februar 2014, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 01. März 2014, 09.00–16.15 Uhr
So, 02. März 2014, 09.00–16.00 Uhr
Mo, 03. März 2014, 19.00–21.15 Uhr
4 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 96,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.11

Die digitale Welt der Fotografie - Einsteigerkurs

Wochenendseminar

Das Seminar »Digitale Fotografie für Einsteiger« ist ein kompakter Grundlagenkurs, bei dem es keine dummen Fragen gibt und in dem viel fotografiert und ausprobiert wird!

Welche Funktionen meiner Kamera kann ich wie am besten nutzen? Was bedeutet Blende und Belichtungszeit? Was ist der Weißabgleich?

Bitte mitbringen: Kameras mit vollen Akkus und Bedienungsanleitungen

EMV04 Angela von Brill
Fr 21. - So 23. Februar 2014, Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 10.00–18.00 Uhr, So, 10.00–14.00 Uhr
3 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 72,- €
Zusatzkosten von 0.50 € für Kopien werden im Kurs von der Dozentin erhoben
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.03

EMV05 Angela von Brill
Fr 09. - So 11. Mai 2014, Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 10.00–18.00 Uhr, So, 10.00–14.00 Uhr
3 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 72,- €
Zusatzkosten von 0.50 € für Kopien werden im Kurs von der Dozentin erhoben
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.05

Foto-Wochenende für Anfängerinnen und Anfänger

Wochenendseminar

Da ist sie also, die digitale Kamera! Schnell sind die ersten Fotos gemacht, aber geht da nicht noch mehr? Fotografie ist, egal ob klassisch mit Film oder jetzt digital, ein weites Feld zum Experimentieren. Dabei ist es aber wichtig, einige Grundlagen der Fotografie zu kennen. Oft nimmt uns die Kamera das „Denken" bei der Aufnahme durch Automatiken ab, aber durch manuelle Einstellungen sind wir oft in der Lage, die Wirkung unserer Fotos zu verbessern.

Bitte mitbringen: Digitalkamera, grundlegende EDV-Kenntnisse und Experimentierfreude

EMV07 Burghard Hanisch
Fr 28. - So 30. März 2014, Fr, 18.00–21.00 Uhr
Sa, 09.00–16.00 Uhr, So, 10.00–13.00 Uhr
3 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 64,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.08

EMV08 Burghard Hanisch
Fr, 16. - So 18. Mai 2014, Fr, 18.00–21.00 Uhr
Sa, 09.00–16.00 Uhr, So, 10.00–13.00 Uhr
3 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 64,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.08

Fotografie für Fortgeschrittene

Dieser Kurs wendet sich an alle, die mit der Technik des Fotografierens schon vertraut sind und sich nun mehr mit den inhaltlichen und kreativen Aspekten der Fotografie beschäftigen möchten.

Einzelne Themen sind:

- das inhaltliche Arbeiten an einem gewählten Thema
- Fotografie als Serie und Reihe
- bewusstes Einsetzen von Gestaltungselementen (Bildaufbau, Licht, Perspektive, Schärfe, Bildausschnitt)
- Kriterien zur Bildanalyse und -kritik
- Sichtung und digitale Archivierung von Fotos
- fortgeschrittene fotografische Techniken (RAW-Entwicklung, HDR-Technik etc.)

Durch Bildbesprechungen von eigenen mitgebrachten sowie während des Kurses gemeinsam fotografierten Bildern wird das inhaltliche Herangehen und ein sicherer Umgang mit der Bildgestaltung geübt.

Weitere Informationen:
www.fotoundfilm.de

Bitte mitbringen: Zum ersten Termin bringen Sie bitte Ihre Fotoapparate sowie eine Auswahl eigener Fotos mit.

EMV10 Klaus Wefringhaus
Mi, 23. April 2014, 19.00–21.15 Uhr
Sa, 26. April 2014, 09.00–15.30 Uhr
Mi, 30. April 2014, 19.00–21.15 Uhr
Sa, 10. Mai 2014, 09.00–15.30 Uhr
Mi, 14. Mai 2014, 19.00–21.15 Uhr
5 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 96,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

© Fotokurs/Brill

Die digitale Welt der Fotografie - Aufbaukurs

Wochenendseminar

Das Seminar digitale Fotografie für Fortgeschrittene ist für alle geeignet, welche die eigene Kamera bedienen können, die wissen, was eine korrekte Belichtung ist und die Lust haben auch inhaltlich mit der Fotografie zu arbeiten. Neu ist, die fotografische Technik so einzusetzen, dass ein optimales Ergebnis erzielt wird und ein vorgegebenes Thema gemeinsam fotografisch umgesetzt wird.

Bitte mitbringen: Kameras mit vollen Akkus und Bedienungsanleitungen

EMV11 Angela von Brill
Fr 04. - So 06. Juli 2014, Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 10.00–18.00 Uhr, So, 10.00–14.00 Uhr
3 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 72,- €
Zusatzkosten von 0.50 € für Kopien werden im Kurs von der Dozentin erhoben
VHS Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Workshop Fotografie

In diesem Kurs arbeiten die Kursteilnehmer/-innen über einen längeren Zeitraum inhaltlich an einem fotografischen Thema, selbst gewählt oder vorgegeben.

Mögliche Themen sind:

- Fotografie als Reihe und Serie
- Reportage
- Porträt
- Stadt und Landschaft
- Nachtaufnahmen

Die bei der inhaltlichen Beschäftigung mit einem Thema auftretenden technischen Probleme werden im Kurs besprochen.

Durch fortlaufende Bildbesprechungen der Ergebnisse wird das inhaltliche Herangehen an ein fotografisches Thema und ein sicherer Umgang mit der Bildgestaltung geübt.

Weitere Informationen:
www.fotoundfilm.de

Bitte mitbringen: Zum ersten Termin bringen Sie bitte Ihre Fotoapparate sowie eine Auswahl eigener Fotos mit.

EMV14 Klaus Wefringhaus
Fr, 14. Februar 2014, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 22. Februar 2014, 09.30–15.30 Uhr
Sa, 29. März 2014, 09.30–15.30 Uhr
Sa, 17. Mai 2014, 09.30–15.30 Uhr
4 Termine, 25 Unterrichtsstunden, 100,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

Porträtfotografie

Einführungsseminar

Wie baue ich ein dekoratives Porträt auf? Wie beeinflusst die Körperhaltung die Komposition des Bildes? Wie setze ich das Licht gezielt und wirkungsvoll ein? Welche Bildaussage möchte ich dem Porträt mitgeben? Warum wirken manche Porträts obwohl sie technisch nicht perfekt sind?

Diese und viele weitere Fragen werden wir in dem Seminar diskutieren und praktisch erarbeiten. Nach jeweils einer theoretischen Einführung in eine spezielle Problematik der Porträtfotografie liegt der Schwerpunkt des Seminars in der praktischen Umsetzung des vorher diskutierten Themas im Fotostudio. Die Teilnehmer fotografieren sich gegenseitig, so dass jeder auch das Gefühl des „fotografiert werden" erlebt.

Weitere Infos unter www.lichtbild-atelier.de/portraitschule.html

Bitte mitbringen: Eine Kamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten für Verschlusszeit und Blende und mit einem Blitzschuh zur Steuerung der Studio-Blitzanlage (Spiegelreflex-, Sucher oder Bridge-Kamera) sowie Ihre Bedienungsanleitung.

EMV16 Dr. Bernd Farny
Di, 18.00–21.00 Uhr, ab 13. Mai 2014
6 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 110,- €
10,00 € für Teilnehmerunterlagen werden abschließend vom Dozenten im Kurs erhoben.
LichtBild-Atelier; Salzdahlumer Str. 196

Arbeitsgemeinschaft Fotografie

Die Arbeitsgemeinschaft ist ein Forum für fortgeschrittene Amateurfotografen/-innen sowie semiprofessionelle Fotografen/-innen. Ziel der AG ist das Ausstellen der in der Gruppe diskutierten und ausgearbeiteten Bilder, der Austausch und die Vertiefung vorhandener Kenntnisse und das experimentelle Erschließen neuer Bereiche. Besonderer Wert wird dabei auf die Auseinandersetzung mit den gewählten Themen, die Bildgestaltung und die Besprechung der Bilder in der Gruppe gelegt. Gemeinsame Fotoexkursionen, Workshops und Fotoaktionen ergänzen die Arbeit. Weitere Information unter www.arbeitsgemeinschaft-fotografie.de.

Einführungsabend: 12. Februar 2014 BBS III Blasiusstr. 5; 1. Obergeschoss; Raum B215

Termine regelmäßig mittwochs 18.00–20.00 Uhr nach Vereinbarung im Kurs.

EMV19 Dr. Bernd Farny, Dr. Martin Kaldenhoff
Mi, 18.00–21.00 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 60 Unterrichtsstunden, 5,- €
Materialkosten in Höhe von ca. 25,- € werden im Kurs abgerechnet.
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B215

Videoaufnahmen

Filmen mit der Digitalen Spiegelreflexkamera (Fotokamera)

Wochenendseminar

Sie haben eine Digitale Spiegelreflex Fotokamera (z. B. Canon 600D, 650D, Lumix GH2, ...) daheim und wollten schon immer hochwertige Videoaufnahmen für sich oder zum Präsentieren? Wundervoll für Familienerinnerungen, Hochzeiten, der Spaziergang mit dem Hund oder der schöne Urlaub.

In diesem Kurs lernen Sie, das Beste aus Ihrer Kamera zu holen und bewegte Bilder so einzufangen, ohne dass sie ermüdend wirken. Ein praktischer Teil mit anschließender Materialsichtung und Besprechung gehören ebenfalls dazu.

- Warum mit der DSLR filmen?
- Wie arbeite ich mit ISO, Shutterspeed, Framerate, Blende ...?
- Wie gestalte ich Bildausschnitte interessanter?
- Was benötige ich an Equipment und wofür?
- Wie plane ich einen Dreh?
- Wie setze ich das Gelernte in der Praxis um?
- Was an meinem Material könnte besser sein?

Der Dozent hat als selbständiger Filmer bereits mehrere Projekte erfolgreich mit unterschiedlichsten DSRLs umgesetzt. Referenzen finden Sie unter www.echtrund.de.

Wichtige Voraussetzung ist der sichere Umgang mit Windows und den Standardfunktionen des Computers sowie Grundkenntnisse in der Kamerabedienung.

Wenn Sie nicht wissen, ob Ihre Fotokamera über die vorausgesetzten Videofunktionen verfügt, schreiben Sie eine Email an info@echtrund.de

Bitte mitbringen: Digitale Spiegelreflexkamera mit Videofunktion, Bedienungsanleitung

EMV21 Michael Skolik
Fr 16. - So 18. Mai 2014, Fr, 18.00–21.00 Uhr
Sa, 10.00–17.00 Uhr, So, 10.00–13.00 Uhr
3 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 92,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.01

Bildbearbeitung

Photoshop Lightroom für Fotografen

Während vor einiger Zeit noch Photoshop das Programm für die professionelle Fotobearbeitung war, stellt Adobe nun das Programm Photoshop Lightroom als Tool für die Fotobearbeitung und -Verwaltung bereit. Lightroom besteht im Wesentlichen aus einem qualitativ hochwertigen Bildverarbeitungs-Prozessor mit vielerlei Ein- und Ausgabe-Möglichkeiten kombiniert mit einer komfortablen Bild-Datenbank zum Speichern und Verwalten großer Bilddatenbestände. Lightroom wurde speziell für die Anforderungen professioneller Fotografen und engagierter Amateure entwickelt und bildet den sogenannten „digitalen Workflow" in idealer Weise ab.

Im Kurs werden die Lightroom Module vorgestellt und erläutert sowie Anleitungen zum eigenständigen Arbeiten mit den einzelnen Modulen und Werkzeugen gegeben. Praktische Übungen, von der Fotografie eines Bildes über die Aufbereitung bis zu seiner Ausgabe auf Papier oder einen Datenträger, ergänzen die theoretischen Grundlagen.

Der Kurs wendet sich an alle, die bereits Grundkenntnisse in der digitalen Fotografie besitzen und mehr aus ihren Bildern machen wollen.

Bitte mitbringen: Digitale Bilder auf einem USB-Stick zum Bearbeiten sowie eine Digitalkamera (mit Betriebsanleitung).

EMV22 Dr. Bernd Farny
Fr 28. - So 30. März 2014
Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 10.00–18.00 Uhr
So, 10.00–14.00 Uhr
3 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 72,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.05

der vhs-Gutschein – immer eine schöne Idee …

… erhältlich im Kunden-Center.

1. Halbjahr 2014

Gesundheit im Alltag Seite 63

Heilgymnastik / Bewegung / Sport / Tanz Seite 64

Gymnastik Seite 67

Stressbewältigung / Muskelentspannung / Autogenes Training Seite 69

Yoga Seite 71

Massage / Qi Gong / Tai Ji Quan Seite 73

Farb- und Stilberatung Seite 75

Wein und Kultur Seite 76

Claudia Kwiatkowski
Programmbereichsleiterin

vhs-Kurse:
- Fit im Alltag
- Pilates
- Rückenfit
- Laufbasics

Apotheken Umschau

Ich beweg' mich!

Eine gemeinsame Aktion der Apotheken Umschau und Ihrer Volkshochschulen.

Ich beweg' mich!

www.apotheken-umschau.de/ich-beweg-mich

Jetzt anmelden! Die vhs Volkshochschulen

Gesundheitsbildung gehört zum öffentlichen Bildungsauftrag und Bildungsanspruch der Volkshochschulen.
Sie umfasst ein großes **Themenspektrum gesundheitsfördernder Angebote und Kurse**, u.a.:

- Wissen und Hilfen rund um die Gesundheit
- Gesundheit am Arbeitsplatz, Gesundheit und Beruf
- Entspannung nach westlichen und östlichen Methoden
- Bewegung, Gymnastik und Tanz nach verschiedenen Methoden
- Essen, Trinken und Ernährungsformen

Volkshochschulen verstehen **Gesundheit (entsprechend der Definition der Weltgesundheitsorganisation WHO) im ganzheitlichen Sinne**, als Zusammenspiel von körperlichem, seelischem, geistigem, ökologischem und sozialem Wohlbefinden.

In den **Lernangeboten der Gesundheitsbildung** an VHSen
- werden die Sichtweisen, die individuellen Lebenserfahrungen und die Lernvoraussetzungen der Teilnehmer/-innen, ggf. auch ihr physisches und psychisches Befinden, in die Lernprozesse einbezogen,
- werden von den Kursleitungen bzw. Referent/-innen Lernprozessen ermöglicht
  - in denen Kenntnisse über gesundheitsrelevantes bzw. gesundheits- und sozialpolitisches Wissen für den Alltag erworben werden,
  - in denen die kognitive Verarbeitung mit emotionalen, körperlichen und sozialen Erfahrungen verknüpft wird,
  - die dazu motivieren, die gewonnenen Erkenntnisse in gesundheitsbewusstes Handeln im Alltag umzusetzen,
  - in denen Kompetenzen erworben bzw. erweitert werden, wie die eigenen gesundheitlichen Ressourcen gestärkt werden können (Salutogenese nach Aaron Antonovsky), um eigenverantwortlich mit Gesundheit und Krankheit umzugehen und gesundheitsbewusste Lebensweisen und gesundheitsfördernde Lebensverhältnisse zu gestalten.

Wichtiger Hinweis zur Kostenerstattung durch die Krankenkassen

Die Teilnahme an bestimmten Kursen können die Träger der Krankenversicherung (gesetzliche und private Kassen) im Rahmen der Gesundheitsvorsorge (Primärprävention) durch teilweise oder gesamte Übernahme der Teilnehmergebühren fördern. Erkundigen Sie sich bitte bei Ihrer Krankenversicherung. Voraussetzung hierfür ist in allen Fällen die regelmäßige Teilnahme am Kurs.

Hinweis zum aktuellen Bonussystem der Krankenkassen

Die gesetzlichen Krankenkassen können in ihren Satzungen bestimmen, welche Kurse sie den Versicherten im Rahmen des Bonus-Systems anerkennen. Die Verfahren sind sehr unterschiedlich. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vor der Anmeldung! Mit der Teilnahmebescheinigung Ihrer Volkshochschule und dem Zahlungsbeleg können Sie bei Ihrer Krankenkasse den Stempel für Ihr Bonusheft erhalten.

Gesund im Alltag

Ich nehme ab - Abnehmen und Wohlfühlen

In Zusammenarbeit mit Sonja Habermann Gesundheitstraining - Ernährung

Das Dauerprogramm der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) zur Gewichtsreduktion, baut auf dauerhaften Gewichtserfolg für Gesundheit und Figur. Es ist ein Training, das auf langjährige praktische Erfahrungen aufbaut. Es führt Sie zu einer Ernährungsweise mit der Sie lernen, Ihr Ernährungsverhalten langfristig umzustellen, um an Gewicht zu verlieren und das zu halten. Besonders empfohlen ist das Konzept für Übergewichtige mit einem BMI zwischen 25 und 35.

Es gibt keine festen Speiseplan-Vorschriften, Punkte- oder Kalorienzählen, sondern Anregungen das Essen nach persönlichen Vorlieben und gleichzeitig ausgewogen zusammenzustellen. Denn nur, wenn der Genuss nicht zu kurz kommt, kann eine angepasste Ernährung dauerhaft gelebt werden.

„Ich nehme ab" ist von ÖKO-TEST mit „sehr gut" ausgezeichnet worden. Stiftung Warentest vergab die Note „gut".

Das Programm zum Kurs „Ich nehme ab" gibt es als Ringbuch (Artikel-Nr.: 121507) zum Preis von 35,00 € zzgl. Versandkosten. Bestellungen beim DGE-MedienService, Tel. 02 28 / 909 26 26 oder E-Mail: info@dge-medienservice.de werden empfohlen.

Krankenversicherungen übernehmen bei regelmäßiger Teilnahme nachträglich anteilig die Kosten. Bitte informieren Sie sich vorab bei Ihrer Krankenkasse.

EGA10 Kristin Freydank
Do, 18.00–19.30 Uhr
ab 13. Februar 2014
12 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 148,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Warum wir unsere Darmbakterien brauchen - die Bedeutung einer gesunden Darmflora

Vortrag

Warum sind unsere Darmbakterien für den Körper lebenswichtig? Welche Krankheiten entstehen oder werden begünstigt durch eine krankhafte Darmflora? Wie baut man die Darmflora nach einer Antibiotika-Einnahme wieder auf? Hilft es, nützliche Darmbakterien zuzufügen?

EGA12 Eva Baars
Mo, 18.00–20.15 Uhr am 24. März 2014
1 Termin, 3 Unterrichtsstunden, 15,- €
Kosten von 0,50 € für Kopien werden im Kurs mit der Dozentin abgerechnet.
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

Entdecken Sie, was in Ihren Pflegeprodukten enthalten ist

Einzelveranstaltung

Naturkosmetik liegt stark im Trend. Die Nachfrage ist in den letzten Jahren angestiegen, Unverträglichkeiten, chronische Hautkrankheiten und ein kritisches Verhalten gegenüber industriellen Fertigprodukten lenken den Blick auf die reinen Schätze der Natur. In diesem Vortrag erhalten Sie einen Überblick über die Inhaltsstoffe von konventioneller und Naturkosmetik. Anhand eigener mitgebrachter Produkte können Sie analysieren, welche Inhaltsstoffe darin enthalten sind.

Referenzen unter www.cmd-natur.de

Bitte mitbringen: Bitte bringen Sie aus Ihrem Hausgebrauch eine Körperlotion, Lippenpflegestifte und Handcreme mit.

EGA14 Carl-Michael Diedrich
Fr, 18.00–20.30 Uhr am 09. Mai 2014
1 Termin, 3 Unterrichtsstunden, 15,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.03

Säure-Basen-Gleichgewicht und gesunde Ernährung - gesund durch Entschlackung

Einzelveranstaltung

Ein ausgeglichenes Verhältnis von Säuren und Basen in unserem Körper ist eine Grundlage für unser Wohlbefinden und die Gesundheit. Veränderte Essgewohnheiten wie Fast-Food, erhöhter Kaffee- und Zuckerkonsum, ganz besonders aber der zu hohe Verzehr von tierischem Eiweiß führen zu einer explosionsartigen Zunahme der zugeführten Säuren im Körper. Eine Übersäuerung kann schlapp und krank machen und führt zu Mineralstoffmangel.

Ein großer Teil der Krankheiten wie Funktionsstörungen im Magen-Darm-Bereich, Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises, Erkrankungen im Muskel-, Knochen- und Gefäßsystem können die Folge sein.

In diesem Kurs werden die biochemischen Zusammenhänge, die zu einer Übersäuerung führen, besprochen. Gemeinsam erarbeiten wir die Zusammenstellung der basen- und vitalstoffreichen Lebensmittel, die wir für die Gesunderhaltung dringend benötigen.

Der Mythos „Säureschutzmantel" der Haut, basische Körperpflege und Ausleitung von Giften runden das Thema ab.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial

EGA16 Jutta Wallasch
Di, 18.00–21.15 Uhr am 29. April 2014
1 Termin, 4 Unterrichtsstunden, 20,- €
Kosten von 0,50 € für Kopien werden im Kurs mit der Dozentin abgerechnet.
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Rundum gesund mit Schüßler-Salzen

Einzelveranstaltung

Gesund werden und gesund bleiben - ein Wunsch, den wir alle haben! Die Schüßler-Mineralstoffe helfen Ihnen dabei, Ihre Körperfunktionen zu unterstützen, Ihren Stoffwechsel zu regulieren und Ihr Immunsystem zu stärken. Lernen Sie den Umgang mit einem einfachen, aber wirkungsvollen Heilverfahren kennen, das Ihnen sowohl bei akuten als auch chronischen Beschwerden hilfreich sein kann. In diesem Seminar erfahren Sie auch, wie Sie sich mit Schüßler-Mineralsalzen eine Haus- bzw. Reiseapotheke zusammenstellen können.

EGA18 Jutta Wallasch
Di, 18.00–21.15 Uhr am 08. Juli 2014
1 Termin, 4 Unterrichtsstunden, 20,- €
Kosten von 0,50 € für Kopien werden im Kurs mit der Dozentin abgerechnet.
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Jetzt! Kraft und Impulse für Veränderungen im Leben

Wochenendseminar

Manchmal möchten wir etwas verändern, doch es fehlt der erste Schritt, der Impuls zum Losmarschieren. In diesem Seminar wollen wir aus verschiedenen Blickwinkeln heraus Veränderungsimpulse geben, um mit neuer Kraft durchstarten zu können.

Sich im eigenen Körper wohlfühlen, Lockerheit und Fröhlichkeit spüren, die Wirkung auf andere durch Sprache und Körperhaltung wahrnehmen und einsetzen lernen, die eigene körperliche Stärke spüren und sich und das eigene Verhalten kennen lernen, reflektieren und Veränderungsmöglichkeiten herausfinden: das sind die Ziele dieses Seminars.

Es erwarten Sie u. a.
- Lockerungsübungen für den gesamten Körper
- gezieltes Muskeltraining und Elemente aus dem Thai-Boxen
- Übungen zur Kommunikation
- Rollenspiele
- vielfältige Übungen zur Eigen- und Fremdwahrnehmung
- Atem- und Entspannungsübungen

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Sportschuhe, Getränk, einen Beitrag für ein gemeinsames Mittagsbüffet

EGA26 Claudia Brinck-Deckert, Ingeborg Brennecke, Monika Ohm, Brigitte Wolter
Sa 26. - So 27. April 2014
Sa, 10.00–16.30 Uhr, So, 10.00–16.30 Uhr
2 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 84,- €
Materialkosten von 3,00 € werden im Kurs mit der Dozentin abgerechnet.
Sportschule SICHER UND STARK Rebenpark, Hof E, Geysostraße 20 38106 Braunschweig

Alexander-Technik „Leichtigkeit lernen“

Wochenendseminar

Die Alexander-Technik ist ein erlernbares Verfahren, mit dem ungünstige Bewegungs- und Verhaltensmuster bewusst gemacht und verändert werden können. Sie verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz und arbeitet auf allen Ebenen des menschlichen Organismus (Geistig, Körperlich, Seelisch, Psychisch). Oft schenken wir der Art und Weise wie wir mit uns umgehen zu wenig Aufmerksamkeit. Jedoch hat die Qualität unseres „Körpergebrauchs“ nicht selten großen Einfluss auf unser Wohlbefinden.

Am Wochenende wird mit einfachen Bewegungsabläufen und praktischen Aufgaben das Prinzip Alexander-Technik erarbeitet. Dies geschieht durch verbale Erklärungen und behutsam begleitende Berührungen des Lehrers. Ein Theorieteil gibt einen Einblick wie die Alexander-Technik entstanden ist und wie das Prinzip arbeitet.

Die Alexander-Technik kann helfen bei : Verspannungen, Rückenschmerzen, Nacken- und Kopfschmerzen, Migräne, Stress, Gelenkversteifungen, Stimmproblemen, Seelischen Disbalancen.

Bitte mitbringen:
Wolldecke, bequeme Kleidung,
warme Socken, 3-4 Taschenbücher

EGA28 Ulrich Bitter
Fr 23. - So 25. Mai 2014, Fr, 18.00–21.00 Uhr
Sa, 10.00–17.00 Uhr, So, 10.00–13.00 Uhr
3 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 82,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.05

Heilgymnastik

Die Methode Feldenkrais body care - ein ganzheitlicher Weg zur Balance im Berufsleben

Wochenseminar/Bildungsurlaub

Feldenkrais body care bietet leicht erlernbare Lektionen und Übungen, welche über bewusste Körperwahrnehmung die eigenen Ressourcen erkennen lässt. Dieses Erkennen der persönlichen Möglichkeiten, erhöht die Handlungskompetenz. Der Umgang mit belastenden Situationen, wie auch körperlichem oder mentalem Stress, wird erleichtert.

Die Feldenkrais body care Lektionen sind am Arbeitsplatz einsetzbar. Sie verbessern die Durchblutung und damit auch Konzentration und Merkfähigkeit. Synovialflüssigkeit (Gelenkschmiere) wird gebildet, Gelenke bleiben funktionsfähig und schmerzfrei. Auch das Gehirn profitiert von dieser Optimierung; Denk- und Merkfähigkeit werden gesteigert.

In jahrzehntelanger Forschung hat Dr. Moshe Feldenkrais einen neurophysiologisch fundierten Weg des Lernens mittels Bewegung entwickelt, der jeden Menschen in die Lage versetzt, seine geistigen und körperlichen Möglichkeiten zu erkennen und weiter zu entwickeln. Bewegung ist die Grundlage aller Handlungen.

Wissenschaftlich bewiesen ist die enge Vernetzung des Körpers mit seinem Denken und Fühlen. Die Methode Feldenkrais body care ist als senso-motorisches Lernverfahren ideal einsetzbar, diese Vernetzung zu verbessern und so die Selbstorganisation, das körperliche Wohlbefinden und die Widerstandfähigkeit zu optimieren.

Im Bildungsurlaub werden die theoretischen Grundlagen der Methode Feldenkrais body care dargestellt und reflektiert sowie an ausgewählten Übungen erprobt.

Ziel des Bildungsurlaubs ist es, die eigenen Handlungsmöglichkeiten zu entdecken um Situationen, welche als belastend empfunden werden zu reduzieren und dadurch die physische und die psychische Gesundheit zu erhalten.

Dieses Seminar ist im Rahmen der beruflichen Weiterbildung nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz anerkannt. Es steht jedoch allen Interessierten offen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, evtl. eine Decke und ein kleines Kissen, Schreibzeug

EGB01BU Carola Bleis
Mo 07.04. - Fr 11.04.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 179,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

Feldenkrais-Methode ®

Bauen Sie mittels einfacher und sanfter Bewegungen Spannungen und Stress ab. Verbessern Sie Ihre Beweglichkeit in Gelenken und Wirbelsäule. Interessante Bewegungslektionen helfen Ihnen Ihr generelles Wohlbefinden zu steigern und auf angenehme Weise fit zu bleiben. Sie verbessern die Durchblutung, Gelenke bleiben funktionsfähig und schmerzfrei, Konzentration und Merkfähigkeit werden gesteigert.

Bitte mitbringen: Lockere Kleidung, eine Decke oder Yoga-Matte - es können aber auch vorhandene Isomatten benutzt werden.

EGB10 Wolf Gebauer
Do, 19.45 - 21.00 Uhr, ab 13. Februar 2014
6 Termine, 10 Unterrichtsstunden, 44,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Zilgrei-Beweglichkeit und Schmerzfreiheit

Einführungsveranstaltung

Möchten Sie eine leicht erlernbare Selbstbehandlungsmethode für mehr Beweglichkeit und Schmerzfreiheit kennen lernen, die Sie auch problemlos am Arbeitsplatz einsetzen können?

Wenn Sie Beschwerden im Schulter- und Nackenbereich, Ischiasbeschwerden, Migräne, Arthrose oder stressbedingtes Unwohlsein haben, lassen Sie sich die Zilgrei-Selbstbehandlungsmethode erklären.

Körpersprache

Elie Levy Körpersprache – Vortrag

Körpersprache ist Ausdruck und Ergebnis der psychischen und mentalen Beschaffenheit eines Menschen. Sie ist beeinflusst vom Alter, Beruf, Geschlecht, gesellschaftlichen Status, vom gesundheitlichen Zustand und persönlichen Training eines Menschen. Außerdem hat jede menschliche Kultur ein eigenes System von körperlichen Signalen, einen eigenen Code, der sich zum Teil erheblich von dem einer anderen Kultur unterscheidet.

Die bewusste Auseinandersetzung mit der Sprache des Körpers eröffnet ungeahnte Möglichkeiten, im Beruf und im persönlichen Leben erfolgreich agieren zu können. Wer die Geheimnisse der nonverbalen Kommunikation zu entschlüsseln gelernt hat, ist in der Lage, den seelischen Zustand seiner Mitmenschen an ihrer Mimik und Gestik, an ihrer Haltung und Bewegung abzulesen. Elie Levy, der jahrzehntelang als Pantomime auf deutschen und anderen europäischen Bühnen aufgetreten ist, zog die Zuschauer allein durch den Ausdruck seines Körpers, den er virtuos beherrscht, in seinen Bann. Mehr als andere Menschen kennt er die Geheimnisse der nonverbalen Kommunikation.

In seinem Vortrag über Körpersprache arbeitet er mit spontanen Improvisationen, die seinem Vortrag einen unverwechselbaren Charme geben.

EGA36 Elie Levy
Mi, 19.00–21.00 Uhr am 19. März 2014, Welfenakademie, Audimax, Salzdahlumer Straße 160
1 Termin, 15,- €, eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Zilgrei besteht aus der Kombination von Tiefenatmung und gezielten Bewegungsabläufen und Positionen. An praktischen Beispielen wird Ihnen erläutert, wie Sie sich zu jeder Zeit und an jedem Ort selbst helfen können.

EGB14 Jutta Wallasch
Di, 19.45 - 21.15 Uhr am 11. Februar 2014
1 Termin, 2 Unterrichtsstunden, 5,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Zilgrei - Beweglichkeit und Schmerzfreiheit

Möchten sie eine leicht erlernbare Selbstbehandlungsmethode für mehr Beweglichkeit und Schmerzfreiheit kennen lernen, die Sie auch problemlos am Arbeitsplatz einsetzen können?

Zilgrei - eine kombinierte Atmungs- und Haltungs-Selbstbehandlungsmethode - wurde von Frau Zillo und Dr. med. Greissing, Arzt der Chiropraktik, als Selbsthilfe-System entdeckt und entwickelt. Zilgrei wirkt einfach, natürlich und aktiviert die Selbstheilungskräfte im Körper. Es kommt zur Entspannung, besserer Durchblutung, größerer Beweglichkeit, Schmerzlinderung oder Schmerzfreiheit. Anwendung findet Zilgrei bei Rücken-, Wirbelsäulen- und Gelenkbeschwerden, Arthrose, Arthritis, Kopfschmerzen, Migräne, Verspannungen, Verdauungsbeschwerden, rheumatischen Beschwerden und Alltagsstress. Zilgrei ist leicht erlernbar und auch am Arbeitsplatz einsetzbar.

Bitte mitbringen:
Bequeme Kleidung, Wollsocken.

EGB16 Jutta Wallasch
Di, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 04. März 2014
5 Termine, 10 Unterrichtsstunden, 44,- €
Kosten von 0,50 € für Kopien werden im Kurs mit der Dozentin abgerechnet.
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Sport, Fitness und Bewegung

Bodystyling - effektives und gelenkschonendes Training für den ganzen Körper

Nach moderner Musik wird eine gezielte Gymnastikstunde angeboten. Dieses Fitnessprogramm ist wohldosiert mit einer Mischung aus Herz- und Kreislauftraining (Warm-Up), gelenkschonender Kräftigung für alle großen und kleinen Muskelgruppen (Beine, Po, Bauch, Rücken, Brust, Schultern, Arme) und Dehn- und Mobilisationsübungen. Auf die richtige Atemtechnik und auf korrekte Übungsausführung wird geachtet.

Bitte mitbringen: Gymnastikkleidung, feste Turnschuhe, eine Decke und Getränk

EGB20 Julia Dittrich
Mo, 18.00–18.50 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 73,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

Zumba ® Fitness

Zumba ist ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining zu mitreißender Musik, um Kalorien zu verbrennen, die Muskeln zu stärken und Spaß zu haben. Wir bewegen uns zu heißen lateinamerikanischen Rhythmen wie Merengue und Salsa. Schrittweise lernen wir die Bewegungen, die wiederholt und intensiviert werden. Lassen Sie sich inspirieren. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Aerobic- oder Hallenschuhe und Getränk

EGB23 Bettina Schütze
Mo, 18.00–19.00 Uhr, ab 10. Februar 2014
12 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 70,- €
Braunschweiger Tanz-Sport-Club Böcklerstraße 219 a (2. Durchgang Richtung Wolters)
3. Stock Saal 4 - Treffpunkt : 3. Stock vor Aufzug

EGB24 Bettina Schütze
Mo, 19.00–20.00 Uhr, ab 10. Februar 2014
12 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 70,- €
Braunschweiger Tanz-Sport-Club Böcklerstraße 219 a (2. Durchgang Richtung Wolters)
3. Stock Saal 4 - Treffpunkt : 3. Stock vor Aufzug

AROHA - Fitness für Körper, Geist und Seele

AROHA - sanftes dynamisches Training im 3/4-Takt für Körper, Geist und Seele.

AROHA festigt die Muskulatur, stärkt das Herz-Kreislauf-System durch den ständigen Wechsel von spannungsvollen und entspannenden Elementen (Kung-Fu, Boxen, Tai Ji und neuseeländischem Haka). AROHA ist ein optimaler Fett- und Kalorienkiller.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, nur Spaß an der Bewegung.

Bitte mitbringen: Sportkleidung

EGB25 Dr. Lars Ostermann
Do, 18.30–19.30 Uhr, ab 13. Februar 2014
10 Termine, 13 Unterrichtsstunden, 59,- €
Braunschweiger Tanz-Sport-Club Böcklerstraße 219 a (2. Durchgang Richtung Wolters)
3. Stock Saal 4 - Treffpunkt : 3. Stock vor Aufzug

Hoch hinaus - Klettern im Hochseilpark für Erwachsene

Einzelveranstaltung

Neue Perspektiven erleben, die eigenen Grenzen überwinden, Vertrauen spüren und jede Menge Spaß haben - das bietet dieser Kurs. Angeleitet von zwei einfühlsamen Sicherheitstrainern hat jeder Teilnehmer die Möglichkeit seine ganz persönlichen Ziele zu erreichen. Angefangen von Übungen in Kniehöhe arbeiten wir uns langsam über die Kletterwand nach oben zu den wackeligen Seilen. Und auf die ganz Mutigen warten zum Abschluss 13 m freier Fall ....

Aber keine Sorge: Alles kann, nichts muss! Die Erlebnisse werden am Ende bei einer Brotzeit in gemütlicher Runde ausgetauscht. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Die Sicherheitsausrüstung wird gestellt.

Anmeldeschluss ist der 09.4.2014

Bitte mitbringen: Brotzeit, Getränk, bequeme Kleidung, feste geschlossene Schuhe (Turnschuhe), dem Wetter angepasste Kleidung (Mütze, Handschuhe, Regenschutz etc.)

EGB26 Anke Kossak, Roman Sendrowski
So, 10.00–15.00 Uhr am 18. Mai 2014
1 Termin, 7 Unterrichtsstunden, 48,- €
Anmeldeschluss 09.04.2014
Eingang Kennelbad in Braunschweig vor dem Drehkreuz

Weitere Seminare für ein Erleben in der Natur finden Sie im Bereich Gesellschaft und Kultur - Natur. Seite 58

EMN10 **Feuerkochkurs**

EMN11 **Piraten-Floß ahoi!**

Ich beweg mich - Nordic Walking Basics

Schritt für Schritt zu mehr Ausdauer

Gemeinsam mit anderen ist es viel einfacher, gute Vorsätze umzusetzen. In diesem Kurs werden Sie die positiven Wirkungen des Nordic Walking erleben und viel über den für Sie geeigneten Walking-

stil, individuelle Trainingssteuerung sowie gesundheitliche Hintergründe erfahren. Ein sanftes Dehnprogramm rundet das Ganze ab. So können Sie typische Anfängerfehler vermeiden und sich bald über Erfolgserlebnisse freuen. Und die sind gesichert: Sie fangen ganz einfach an und entsprechend Ihrer Fortschritte werden die Walkingzeiten langsam erhöht.

Gut für - alle, die ihre Ausdauer verbessern möchten und auf sanfte Weise ins Nordic Walking einsteigen möchten.

Bitte mitbringen: Nordic Walking Stöcke, Wettergerechte Kleidung, Laufschuhe, Getränk

EGB28 Sarah Bolm
Mi, 18.30–20.00 Uhr
ab 23. April 2014
10 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 88,- €
Herzogin Elisabeth-Str /Ecke Husarenstr. in BS v.d. Matthäuskirche

Pilates

Pilates Basis-Kurs für Anfänger am Nachmittag

Ob die Pilates-Gymnastik etwas für mich ist? Beantworten Sie sich diese Frage, indem Sie an diesem Pilates-Einsteiger-Kurs teilnehmen. Dieser Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet.

Kursinhalte/Ziele:

- Vermittlung von Grundpositionen und Prinzipien des Pilates-Trainings in Verbindung mit einfachen, aufeinander aufbauenden Anfängerübungen
- Körperwahrnehmungs-, Atem- und Kräftigungsübungen der tiefen, stützenden Bauch- und Wirbelsäulenmuskulatur (Wussten Sie, dass der Beckenboden beim Pilates-Training automatisch zu 30% mittrainiert wird?)
- Mobilisierung, Kräftigung und Entspannung der Halswirbelsäule, Schulter und der Lendenwirbelsäule
- Wahrnehmung der Körperhaltung und Anregung zu Veränderungen im Alltag
- leichte Stabilisierungs- und Koordinationsübungen runden das abwechslungsreiche und sanfte Training ab#

Nach einer Pilates-Übungsstunde fühlen Sie sich vitalisiert und gut gelaunt. Probieren Sie es aus!

Bitte mitbringen: Gymnastikkleidung, warme Socken, eine Decke und Getränk.

EGB31 Brigitte Wolter
Mi, 14.30–16.00 Uhr, ab 23. April 2014
6 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 53,- €
BodyCare Pilates-Studio, Bienroder Weg 65

Ihre Anmeldung wird in der Regel nicht von uns bestätigt; wenn Sie nichts von uns hören, bedeutet das „Grünes Licht"

© S. Hofschlaeger/pixelio

Ganzkörperkräftigung nach der Pilates-Methode

Dieses Trainingsprogramm sorgt mit einfachen Übungen für eine tolle Figur, mehr Energie und einem neuen Körperbewusstsein. Es beinhaltet Formen des Yoga, der Funktionsgymnastik und des klassischen Bodytrainings. Die tief liegende Bauchmuskulatur und alle Muskeln rund um die Wirbelsäule werden gestärkt. Im Pilates-Training werden Muskelkettenschlingen trainiert mit dem Ziel, lange und schlanke Muskeln zu formen. Die Übungen stabilisieren den Oberkörper, dehnen und kräftigen den gesamten Körper, verbessern die Haltung, die Flexibilität sowie das körperliche und geistige Gleichgewicht und stärken das Immunsystem.

Bitte mitbringen: Gymnastikkleidung, warme Socken, eine Decke und Getränk

EGB32 Julia Dittrich
Mo, 16.00–17.00 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 88,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

EGB33 Julia Dittrich
Mo, 17.00–18.00 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 88,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

EGB34 Julia Dittrich
Mo, 18.50 - 19.50 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 88,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

Pilates Basistraining

Alle, die etwas für Ihre Haltung tun wollen und gleichzeitig Spaß an Bewegung mit Musik haben, sind hier genau richtig. Nach einem kurzen Erwärmungsteil erfolgt ein ausgiebiges Mattenprogramm, das es in sich hat. Hierbei sind Sie in jedem Detail Ihrer Bewegung gefragt, was zu einem intensiven Kraft-/Ausdauertraining führt. Sie bekommen dadurch einen kraftvollen und doch anmutigen Ausdruck. Eine Entspannungssequenz rundet die Stunde ab.

Bitte mitbringen:
Decke, warme Socken und Getränk

EGB41 Andrea Großmann-Fröhlich
Di, 19.00–20.00 Uhr, ab 11. Februar 2014
15 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 88,- €
Sporthalle Kurt-Schumacher-Straße (Ottmerhalle)
Kurt-Schumacher-Straße 28

Ich beweg mich - Pilates

Das sanfte Training bringt schnelle Erfolge

Das Ganzkörpertraining nach Joseph Pilates kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Im Zentrum stehen Bauch, Hüften, Po und Rücken, die Körpermitte, im Pilates auch „Powerhouse" genannt. Pilates kräftigt, entspannt und dehnt auf sanfte Weise die tiefen Muskeln. Der Körper wird straff und geschmeidig, die Haltung aufrecht. Die Bewegungen werden sehr bewusst und mit großer Konzentration ausgeführt. Die Übungen sind sehr effektiv und zeigen rasch Erfolge. Wie intensiv das Training ist, können Sie individuell variieren.

Gut für - alle, die sich ein sanftes und effektives Training für den ganzen Körper wünschen. Keine Vorkenntnisse nötig! In jedem Alter geeignet!

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Turnschuhe oder Socken, Decke, Handtuch, flaches Kissen, Getränk

EGB42 Andrea Großmann-Fröhlich
Di, 20.00–21.00 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 88,- €
Sporthalle Kurt-Schumacher-Straße (Ottmerhalle)
Kurt-Schumacher-Straße 28

Ganzkörperkräftigung nach der Pilates-Methode mit Tiefenentspannung

Der Kurs konzentriert sich auf Atmung, Bewegung, innere Ausgeglichenheit und bewusstes Entspannen. Pilates gibt Kraft und strafft den Körper. Der Schwerpunkt liegt auf der Qualität der Bewegung. Es wird in ruhigem Fluss trainiert, unterstützt von begleitender Atemtechnik. Hierbei wird der Körper schonend in Form gebracht und gestylt. Durch Konzentration und Atmung werden die tief liegenden Muskeln gekräftigt, deren Arbeit verbessert sowie Körper und Geist in Einklang gebracht. Wir beenden den Kurs mit einer Tiefenentspannung. Nach dem Training fühlt man sich wohl, entspannt und hat jede Menge guter Laune.

Bitte mitbringen: Gymnastikkleidung, warme Socken, eine Decke und Getränk

EGB43 Julia Dittrich
Mo, 19.50 - 21.00 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 23 Unterrichtsstunden, 103,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

EGB44 Julia Dittrich
Mi, 17.15 - 18.30 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 25 Unterrichtsstunden, 110,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

EGB45 Julia Dittrich
Mi, 18.30–19.45 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 25 Unterrichtsstunden, 110,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

EGB46 Julia Dittrich
Mi, 19.45 - 21.00 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 25 Unterrichtsstunden, 110,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

Capoeira

Capoeira - Schnupperworkshop Musik- und Bewegungstraining für Anfänger

Einzelveranstaltung

Capoeira - das sind leichte, geschmeidige Bewegungen verbunden mit kraftvollen Angriffen und überraschender Akrobatik. In lockerer Atmosphäre lernen Sie die Grundidee des brasilianischen Kampftanzes Capoeira kennen. Hier verbinden sich die Elemente brasilianischer Lebenslust - Musikalität, Improvisationskunst und Bewegungsfreude - zu einem schwungvollen Kurz-Workshop oder Abendkurs. Ich vermittele Grundbewegungen und -rhythmen mit den typischen Capoeira-Instrumenten.

Bitte mitbringen: lange Sporthose und T-Shirt, leichte Sportschuhe, Getränk

EGB47 Manoel da Silva
Sa, 10.00–14.00 Uhr am 08. Februar 2014
1 Termin, 5 Unterrichtsstunden, 25,- €
Musische Akademie im CJD Braunschweig
Neustadtring 9 Raum 3.18

EGB48 Manoel da Silva
Sa, 10.00–14.00 Uhr am 15. März 2014
1 Termin, 5 Unterrichtsstunden, 25,- €
Musische Akademie im CJD Braunschweig
Neustadtring 9 Raum 3.18

Capoeira - Abendkurs - für Anfänger Musik- und Bewegungstraining

EGB50 Manoel da Silva
Fr, 17.30–19,00 Uhr, ab 09. Mai 2014
10 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 90,- €
Musische Akademie im CJD Braunschweig
Neustadtring 9 Raum 3.18

Orientalischer Tanz - Bauchtanz

Orientalischer Tanz - Bauchtanz

für Anfängerinnen und Frauen mit geringen Vorkenntnissen

Lieber selbst den Rücken stärken mit orientalischem Bauchtanz, Wirbelsäulenübungen, lockernden und wohltuenden Übungen zum Aufwärmen. Sich selber spüren, weg von Kopflastigkeit und Alltagssorgen, brachliegende Muskeln und Gefühle werden ganz neu entdeckt. Weibliches Fitnesstraining, Lösen oder Lindern von Verspannungen, Kopfweh, Unterleibsbeschwerden, Rückenproblemen und auch seelischen Problemen. Vor allem aber: Freude und Spaß mit dem urweiblichen Bauchtanz und in der Gruppe. Komm, tanz mit uns! Jede Frau lernt ihrem Tempo und Rhythmus entsprechend.

Bitte mitbringen:
Gymnastikschuhe oder Ähnliches

EGB51 Ruth Vogel
Mo, 18.15 - 19.45 Uhr, ab 10. Februar 2014
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 77,- €
Brunsviga-Kulturzentrum
Karlstraße 35, Meditationsraum

EGB52 Ruth Vogel
Mo, 19.50 - 21.20 Uhr, ab 10. Februar 2014
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 77,- €
Brunsviga-Kulturzentrum
Karlstraße 35, Meditationsraum

EGB53 Ruth Vogel
Mo, 18.00–19.30 Uhr, ab 05. Mai 2014
5 Termine, 10 Unterrichtsstunden, 48,- €
Brunsviga-Kulturzentrum
Karlstraße 35, Meditationsraum

EGB54 Ruth Vogel
Mo, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 05. Mai 2014
5 Termine, 10 Unterrichtsstunden, 48,- €
Brunsviga-Kulturzentrum
Karlstraße 35, Meditationsraum

Selbstverteidigung für Frauen

WEN-DO für Anfängerinnen:

Selbstverteidigung und Selbstbehauptung von Frauen für Frauen

Wochenendseminar

Vorankündigung Herbst 2014

Mit Worten und klarer Körpersprache können wir uns in alltäglichen Situationen abgrenzen. Wenn es „brenzlig“ wird, können wir schreien. Und wenn wir körperlich angegriffen werden, können wir uns auch körperlich wehren. Dies können wir mit gezielten Schlägen und Tritten und einigen Tricks.

Sie lernen unterschiedliche einfache und sehr wirkungsvolle Techniken für ganz unterschiedliche Situationen. Dazu kommen Wahrnehmungs- und Durchsetzungsübungen. Die Erfahrungen aus dem Kurs können Sie im Beruf, Freizeit und Privatleben nutzen. Jede Frau kann ausprobieren, wo ihre Stärken liegen. Im Kurs wird auf ein vertrauensvolles Miteinander geachtet. Sportlichkeit ist keine Voraussetzung und Alter kein Hinderungsgrund.

Mindestalter: 18 Jahre.
Bitte mitbringen: sportliche Kleidung, Schlafsack oder Decke in einer Hülle, Verpflegung

FGB97 Andrea Jonck
Sa 08. - So 09. November 2014
Sa, 11.00–18.00 Uhr,
So, 10.00–16.00 Uhr
2 Termine, 14 Unterrichtsstunden, 95,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

Gymnastik

Ausgleichsgymnastik für Frauen: Bewusst bewegen

Funktionelle Ausgleichsgymnastik nach moderner Musik für jedes Alter unter Berücksichtigung der neuesten gesundheitssportlichen Aspekte. Die eigene Körperwahrnehmung wird durch intensive Übungsausführung und spezielle Wahrnehmungsübungen geschult. Auch der Spaß kommt nicht zu kurz.

Bitte mitbringen: Handtuch oder Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, Turnschuhe mit festem Halt

EGC09 Karin Skornia
Mo, 08.30–09.30 Uhr,, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 75,- €
Stadtbad Braunschweig
Nimes-Straße 1, Gymnastikraum

Ich beweg mich - Rückenfit

Kraft und Entspannung für die Wirbelsäule

Den Rücken stark machen, den Körper in Balance bringen und sich geschmeidig bewegen. Die Gelenk schonende Gymnastik stabilisiert den Rücken, löst Verspannungen und sorgt für eine bessere Haltung, dabei steht auch Ihre individuelle Situation im Mittelpunkt. Sie lernen viele nützliche Tricks kennen, die Ihnen dabei helfen, Ihre Wirbelsäule zu Hause und am Arbeitsplatz zu entlasten. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl.

Gut für - alle, die ihrem Rücken etwas Gutes tun möchten. Auch für Menschen, die leichte Verschleißerscheinungen an der Wirbelsäule haben, Osteoporose oder Arthrose vorbeugen möchten, ist dieser Kurs ideal.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und Getränk.

EGC11 Karin Skornia
Mo, 09.30–10.30 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 75,- €
Stadtbad Braunschweig
Nimes-Straße 1, Gymnastikraum

Fitnessgymnastik mit Musik

Kraft, Ausdauer und Koordination werden in eine Trainingseinheit gebracht, wobei die Musik motiviert und und Sie noch besser durchhalten lässt. Auf der Matte wird in Kombination mit Kleingeräten, wie z. B. dem Physioband, gearbeitet. So kann schnell aus einem leichten Training eine Steigerung von Kraft und Fitness entstehen. Die Wiederholung der Sätze erzielt noch einmal die Ausdauer in der gezielt trainierten Muskelgruppe. Der Trainingslevel ist für ein erfolgreiches Trainieren von entscheidender Bedeutung.

Bitte mitbringen: Turnschuhe mit festem Halt, Getränk und Handtuch

EGC17 Andrea Großmann-Fröhlich
Di, 18.00–19.00 Uhr
ab 11. Februar 2014
15 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 75,- €
Sporthalle Kurt-Schumacher-Straße (Ottmerhalle)
Kurt-Schumacher-Straße 28,

Funktionelle Gymnastik mit Musik für ältere Frauen

Sie möchten bis ins hohe Alter fit bleiben? Dann beginnen Sie jetzt mit einer gezielten Gymnastik. Hier erwartet Sie eine Mischung aus Dehnungs-, Lockerungs- und Haltungsübungen gegen Muskelverspannungen und zum Abbau von Rückenbeschwerden; Übungen zur Verbesserung des Kreislaufs und Erhaltung der körperlichen Beweglichkeit sollen in aufmunternder Atmosphäre das allgemeine Wohlbefinden stärken.

Bitte mitbringen: Turnschuhe mit festem Halt, Getränk und Handtuch

EGC18 Margot Korytowsky
Mi, 17.15 - 18.00 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 56,- €
Oswald-Berkhan-Schule
Oswald-Berkhan-Str. 4, Turnhalle

Funktionelle Gymnastik mit Musik für Frauen und Männer

Dehnungs-, Lockerungs- und Haltungsübungen gegen Muskelverspannungen und zum Abbau von Rückenbeschwerden, Übungen zur Verbesserung des Kreislaufs und Erhaltung der körperlichen Beweglichkeit sollen in aufmunternder Atmosphäre das allgemeine Wohlbefinden stärken.

Bitte mitbringen: Turnschuhe mit festem Halt, Getränk und Handtuch

EGC19 Margot Korytowsky
Mi, 18.10 - 18.55 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 56,- €
Oswald-Berkhan-Schule
Oswald-Berkhan-Str. 4, Turnhalle

Funktionelle Gymnastik mit Musik für Frauen

Wer Spaß an gymnastischen Übungen hat und etwas für seine Beweglichkeit tun möchte, ist hier genau richtig. Dehnungs-, Lockerungs- und Haltungsübungen gegen Muskelverspannungen und zum Abbau von Rückenbeschwerden, Übungen zur Verbesserung des Kreislaufs und Erhaltung der körperlichen Beweglichkeit sollen in aufmunternder Atmosphäre das allgemeine Wohlbefinden stärken.

Bitte mitbringen: Turnschuhe mit festem Halt, Getränk und Handtuch

EGC20 Margot Korytowsky
Do, 19.00–19.45 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 56,- €
Oswald-Berkhan-Schule
Oswald-Berkhan-Str. 4, Turnhalle

Ich beweg mich - Fit im Alltag

Neue Energie tanken und Muskeln aufbauen

Die einfachen Übungen kräftigen den ganzen Körper, bringen den Kreislauf in Schwung und stärken die Kondition. Nebenbei sorgen sanfte Entspannungstechniken für mehr Balance und ein neues Körpergefühl im Alltag. Werden Sie gemeinsam mit anderen aktiv! Dieser Kurs bringt Sie ins Schwitzen und verbessert Ihre Körperwahrnehmung. Gut für - alle, die ihre Gesundheit stärken und fit werden möchten, ideal auch für Einsteiger.

Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung, rutschfeste Socken

EGC21 Karin Skornia
Fr, 09.30–10.30 Uhr, ab 14. Februar 2014
15 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 75,- €
Stadtbad Braunschweig
Nimes-Straße 1, Gymnastikraum

Gymnastik mit Musik für Frauen

Haltungsübungen gegen Muskelverspannungen und Fehlhaltungen. Dadurch vermindern sich die Rückenbeschwerden oder sie entstehen erst gar nicht. Der Kreislauf wird durch schwungvolle körperliche Bewegung aktiviert. Die Musik sorgt für motivierende Atmosphäre, um das allgemeine Wohlbefinden zu stärken.

Bitte mitbringen: Turnschuhe mit festem Halt, Getränk und Handtuch

EGC22 Karin Skornia
Fr, 10.30–11.15 Uhr, ab 14. Februar 2014
15 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 56,- €
Stadtbad Braunschweig
Nimes-Straße 1, Gymnastikraum

Jazztanz

Neue Räumlichkeiten!

Der Unterricht findet in einem großen hellen Ballettsaal mit Spiegel statt, der ausreichend Platz für die tänzerische Gestaltung bietet.

Jazz Dance für Neu- und Wiedereinsteiger

Sie haben vielleicht schon mal in der Schule oder im Verein Jazz Tanz ausprobiert und wollen daran jetzt gerne wieder anknüpfen. In einen der modernen HipHop Kurse oder Video Dances trauen Sie sich nicht. In unserem Jazz Tanz Kurs steht Freude am Tanz im Vordergrund. Sprünge und schnelles Tempo sind nicht wichtig. Die Bewegungen sind harmonisch und die Schrittfolgen ausgewogen und auch für Menschen über 40 gut erlernbar. In diesem Kurs erlernen wir grundlegende Bewegungen, die wir dann zu einfachen Tanzfolgen zusammenfügen. Wir tanzen nicht nur zu aktueller Musik aus den neuesten Charts sondern auch zu den Klassikern großer Interpreten. Das neue Semester starten wir in einem neuen Raum mit rückenschonendem Boden und einem großen Spiegel. Parkplätze sind vor dem Gebäude vorhanden.

Bitte mitbringen: Handtuch oder Isomatte, Getränk und Gymnastikschuhe (bitte keine Turnschuhe mit fester Sohle)

EGC26 Sabine Klein
Mi, 18.00–19.00 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 75,- €
Musische Akademie im CJD Braunschweig
Neustadtring 9 Raum 3.18

Jazz Dance für Fortgeschrittene

Sie haben schon immer gerne getanzt und möchten sich auch weiterhin damit fit halten. In diesem Kurs entwickeln wir aus den grundlegenden Techniken des Jazz Tanzes immer neue Folgen und Tanzstücke. Auch in dem Fortgeschrittenen-Kurs treiben wir keinen Hochleistungssport sondern der Spaßfaktor steht im Vordergrund. Wichtig ist uns auch, dass wir durch die regelmäßige Bewegung unseren Körper in Schwung halten und uns beim Erlernen der wechselnden Choreografien auch geistig immer wieder neu herausfordern. Dieser Kurs ist wie der Anfänger-Kurs auch für Menschen über 40 geeignet. Auch dieser Kurs findet in einem Raum mit rückenschonendem Boden und einem großen Spiegel statt.

Bitte mitbringen: Handtuch oder Isomatte, Getränk und Gymnastikschuhe (bitte keine Turnschuhe mit fester Sohle)

EGC28 Sabine Klein
Mi, 19.00–20.00 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 75,- €
Musische Akademie im CJD Braunschweig
Neustadtring 9 Raum 3.18

Stressbewältigung und Entspannung

Stressreduzierung statt Burnout - Train the Trainer - Methodenkompetenz

Bildungsurlaub / Wochenseminar

Vorankündigung Herbst 2014

Diese Weiterbildung bietet eine professionelle Qualifikation für die praktische Arbeit und befähigt Sie, selbst Tageskurse zum Thema Stressreduzierung durchzuführen.

Im Mittelpunkt stehen die Selbsterfahrung mit einzelnen Methoden aus dem NLP und systemischen Coaching, Ihre Reflexion sowie das Training des eigenen Verhaltens in simulierten Situationen. Mittels Übungseinheiten findet ein Transfer zur Umsetzung in den Berufsalltag statt.

Kursinhalte:

Gesundheitspsychologische und biologische Grundlagen. Die Säulen der individuellen Stresskompetenz, Module des Stressbewältigungstrainings, Kognitionstraining, Problemlösetraining und Entspannungstraining. Am Ende steht Ihr persönliches Gesundheitsprojekt, das Sie zukünftig in Ihrem Berufsalltag begleitet.

Zielgruppe:

Personen aus den Berufsfeldern der Pflege, Pädagogik, Gesundheit, Sozialpädagogik sowie Führungskräfte.

Das Seminar richtet sich ausschließlich an o.g. Zielgruppen und setzt die Bereitschaft zur aktiven Gruppenarbeit sowie die psychische und physische Stabilität der Teilnehmer voraus. Ebenso vorausgesetzt werden die Grundlagen zur Entstehung und Auswirkung von Stress.

Die Seminarleiterin ist systemischer Lehrcoach, NLP-Lehrtrainerin, medizinische Hypnotherapeutin und international als Lehrtrainerin für Stressreduzierung tätig.

Dieses Seminar ist im Rahmen der beruflichen Weiterbildung nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz für die o.g. Zielgruppe anerkannt.

Bitte prüfen Sie Ihren Anspruch auf Förderung durch die einkommensabhängige Bildungsprämie. Näheres dazu unter www.bildungspraemie.info oder Hotline 0800/262300.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung

FGE01BU Adelheid Ruppelt
Mo 20.10.2014 - Fr 24.10.2014
09.00–16.30 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 277,- €
Materialkosten für Scripte / Kopien 5,00 € sind direkt an die Trainerin zu zahlen.
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

Vital und ausgeglichen im Beruf - Teilzeit

Förderung des Gesundheitsbewusstseins

Bildungsurlaub / Wochenseminar für Teilzeitbeschäftigte

Entspannung und Ernährung sind neben der Bewegung die wichtigsten Säulen für unsere Gesundheit. Sie stellen die Basis für unsere Lebensqualität und für unser Wohlbefinden dar.

Wie wir unseren Alltagsanforderungen im Beruf und in der Familie dauerhaft mit mehr Gelassenheit, Stabilität und guter Gesundheit entgegentreten können, soll im Bildungsurlaub erarbeitet werden. Es werden praktische und theoretische Grundlagen zur Bewegung und Entspannung und Zusammenhänge von Ernährung, Lebenseinstellung und gesunder Lebensweise vermittelt. Lernen Sie verschiedene Entspannungstechniken sowie einfache Bewegungsübungen kennen, die später auch am Arbeitsplatz durchgeführt werden können und erfahren Sie interessante Hintergrundinformationen zu einer schnellen und ausgewogenen Ernährung im Berufsalltag, um Ihre Gesundheit zu fördern und Ihr Wohlbefinden zu steigern.

Dieses Seminar ist im Rahmen der beruflichen Weiterbildung nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz für Teilzeitbeschäftige, deren Arbeitszeit bis zur Hälfte eines entsprechend Vollzeitbeschäftigten beträgt, anerkannt. Es steht jedoch allen Interessierten offen

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, feste Schuhe, Socken, Decke und ggf. ein Kissen

EGE02BU Angela Klieme
Mo 12.05. - Fr 16.05.2014, 08.45 - 12.00 Uhr
5 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 87,- €
Kosten von 3,00 € für Lebensmittel werden im Kurs mit der Dozentin abgerechnet.
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

Vital und ausgeglichen im Beruf - Vollzeit

FGE02BU Angela Klieme
Mo 01.09. - Fr 05.09.2014. 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 178,- €
Kosten von 3,00 € für Lebensmittel werden im Kurs mit der Dozentin abgerechnet.
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

Leben mit Hochsensibilität

Warum manche mehr empfinden und was das (für sie und andere) bedeutet

Einzelvortrag

Mit dem Stichwort Hochsensibilität werden Menschen beschrieben, die mehr innere und äußere Reize wahrnehmen als andere und diese intensiver verarbeiten. Das ist gar nicht mal so selten: 15 - 20 % aller Menschen sind hochsensibel. Was ist Hochsensibilität und wie wirkt sie sich aus? Wie lässt sich diese Gabe am besten zur Geltung bringen und was kann andererseits dazu führen, dass sie als Last erlebt wird?

EGE03 Matthias Gaenzer
Do, 19.00–21.15 Uhr am 15. Mai 2014
1 Termin, 3 Unterrichtsstunden, 15,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.12

Hochsensibilität erkennen und gut damit leben

Wochenendseminar

Kennen Sie das auch? Sie hören nicht auf, sich Gedanken zu machen, das Abgrenzen und Abschalten fällt Ihnen schwer? Sie reagieren stark auf manche äußere Reize? Dann gehören Sie vielleicht auch zu den Menschen, die man als hochsensibel bezeichnet. Das ist gar nicht mal so selten: 15 - 20 % aller Menschen sind hochsensibel.

Was ist Hochsensibilität, warum gibt es sie und wie wirkt sie sich aus? Was kann dazu führen, dass sie als Last erlebt wird? Und wie lässt sich andererseits diese Gabe am besten zur Geltung bringen? In diesem Seminar lernen Sie die wichtigsten Aspekte dieses Phänomens kennen. Informationen dazu und der Erfahrungsaustausch mit anderen vermitteln Ihnen neue Erkenntnisse zu Ihrer Hochsensibilität. Das kann Sie inspirieren, Ihre Haltung dazu neu zu bewerten und zu lernen, sich besser abzugrenzen.

EGE04 Matthias Gaenzer
Sa 28. - So 29. Juni 2014
Sa, 10.00–17.00 Uhr, So, 10.00–15.00 Uhr
2 Termine, 14 Unterrichtsstunden, 72,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.12

Betriebliche Gesundheitsförderung

Unser Angebot

Organisation von Veranstaltungen und Projekten im Betrieb oder als offene Kurse extern.

- **Vorträge und Aktionen**
- **Gesundheitskurse, Seminare für Beschäftigte**
- **Workshops für Führungskräfte**
- **Beratung im Projektmanagement**
- **Betriebliche Gesundheitsförderung**
- **Gesundheitszirkel**
- **Berücksichtigung des demografischen Faktors**

Auskunft/Terminvereinbarung
Volkshochschule Braunschweig GmbH,
Alte Waage 15, 38100 Braunschweig

Claudia Kwiatkowski, Tel. 0531 2412-201
Claudia.Kwiatkowski@vhs-braunschweig.de

Stress? - Mit belastenden Situationen gelassen umgehen

Wochenendseminar

Viele Menschen kennen Momente, in denen sie sich überlastet, gereizt, nervös oder überfordert fühlen. Halten diese Belastungen länger an, können sie zu Leistungsminderungen im Beruf, Problemen im Privatleben sowie zu körperlichen und psychischen Beschwerden führen. Stress gehört jedoch zum Leben und ist Voraussetzung für Hochleistungen. Deshalb ist es wichtig, die richtige Dosis zu finden und mit den Belastungen angemessen umzugehen. Wie man das macht, kann man lernen.

In diesem Seminar werden als Basis sowohl die theoretischen Grundlagen vermittelt als auch die verschiedenen Methoden praktisch geübt. Sie lernen verschiedene Entspannungstechniken kennen, die Sie in den Alltag integrieren können, um das innere Gleichgewicht zu bewahren und wiederzugewinnen. Methoden zur Stressbewältigung und positive Selbstinstruktion werden Ihnen vermittelt, die Sie dann in Kleingruppenarbeit und Reflexionsübungen vertiefen können. Beispielhaft können zu eigenen Stresssituationen konkrete Lösungsmöglichkeiten erarbeitet werden.

EGE05 Michaela-Pascale Boehlke
Sa 15. - So 16. März 2014
Sa, 10.00–18.00 Uhr
So, 11.00–15.00 Uhr
2 Termine, 14 Unterrichtsstunden, 69,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.04

Mehr Ruhe und Leichtigkeit im Alltag

In der Hektik des Alltags empfinden wir es oft als unmöglich, Phasen der Ruhe und Regeneration einzuplanen. Ziel des Kurses ist es, verschiedene Techniken zur Entspannung und Stressbewältigung (Progress. Muskelentspannung, Phantasiereisen, Qi Gong, Autogenes Training, Achtsamkeitstraining) kennen zu lernen, verbunden mit vielen Tipps für die tägliche Praxis. Eine Vielzahl von Körperwahrnehmungs-, Bewegungs- und Atemübungen ermöglichen neue Erfahrungen und Einsichten, die Ihnen zu einem positiveren und gesünderen Lebensgefühl verhelfen können. Der Kurs bietet allen, die im Alltag das Gefühl haben, zu kurz zu kommen, Zeit und Raum zur Entspannung und Besinnung.

Damit das Mögliche entsteht, muss immer wieder das Unmögliche versucht werden.

(Hermann Hesse)

Kein Unterricht am 17.03. 2014

Bitte mitbringen: Decke, kleines Kissen, bequeme Kleidung, Socken

EGE07 Angela Klieme
Mo, 19.45 - 21.15 Uhr
ab 03. März 2014
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 79,- €
Kosten von 2,00 € für Kopien werden im Kurs mit der Dozentin abgerechnet.
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.04

EGE08 Angela Klieme
Mo, 18.00–19.30 Uhr
ab 26. Mai 2014
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 79,- €
Kosten von 2,00 € für Kopien werden im Kurs mit der Dozentin abgerechnet.
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.04

Dem Tag ein Lachen schenken - Lach- Yoga

Tagesveranstaltung

Lachen als modernes Stressmanagement hat den Zweck, Stress im Voraus abzuwehren, bereits bestehenden Stress abzubauen und Burnout entgegenzuwirken.

Mit Heiterkeit und Lachen werden also nicht nur Stresshormone (Adrenalin und Cortisol) erheblich abgebaut und das Immunsystem gestärkt, sondern auch unsere Energiespeicher wieder aufgeladen. Somit ergibt sich eine doppelte Wirkung: Stress-Abbau und Prävention!

Das Lachen verfügt über zahlreiche stressreduzierende Wirkungen (Blutdruck-Ausgleich, Hormonausschüttung, verbesserte Atmung, Kreislauf-Anregung, Stärkung des Immunsystems).

Bitte mitbringen: Warme Socken, Isomatte, Decke und eine große Flasche Wasser.

EGE12 Marion von Appen
So, 10.00–14.00 Uhr am 09. März 2014
1 Termin, 5 Unterrichtsstunden, 25,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

Schnelle Hilfe mit der EFT Klopfakupunktur

Einzelveranstaltung

Diese einfache und sehr wirksame Methode hilft bei vielen körperlichen Problemen und emotionalen Belastungen. Das Klopfen von Akupunkturpunkten löst Blockaden auf und aktiviert die Selbstheilungskräfte. Sie ist bestens geeignet zur Bewältigung von Stress und Ängsten in der Schule, im Beruf und Alltag.

Dieser Abend führt Sie in die Technik des EFT (Emotional Freedom Techniques) ein. Sie können damit selbständig Ihr Wohlbefinden und Ihre Lebensqualität verbessern.

EGE14 Christine Orlowski
Mo, 18.00–20.15 Uhr am 12. Mai 2014
1 Termin, 3 Unterrichtsstunden, 15,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Kinesiologie zum Kennenlernen

Einzelveranstaltung

Kinesiologie - eine faszinierende Methode, mit deren Hilfe die Anforderungen in Beruf, Schule und Alltag leichter zu erledigen sind. Die Kinesiologie nutzt einen Muskeltest als Biofeedback des Körpers, um Ursachen und Zusammenhänge beispielsweise von Lernproblemen, Beziehungsschwierigkeiten und gesundheitlichen Themen zu erkennen und individuelle Wege zur Lösung zu gestalten. Der Abend wird durch praktische Übungen, die zu Hause, im Beruf oder mit den Kindern fortgesetzt werden können, bereichert.

Bitte mitbringen: ausreichend Trinkwasser

EGE16 Claudia Küsters
Do, 18.00–20.30 Uhr am 03. Juli 2014
1 Termin, 3 Unterrichtsstunden, 15,- €
Kosten von 1,00 € für Kopien werden im Kurs mit der Dozentin abgerechnet.
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.05

Meditation

In die Stille gehen

Tagesveranstaltung

Meditation kann helfen, gelassener zu sein. Wir werden einfache Atem- und Meditationstechniken durchführen, die helfen nach innen zu gehen und zur inneren Balance und Harmonie zu führen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, Verpflegung und Getränk und falls vorhanden ein Sitzkissen

EGE17 Heike Guarascio
Sa, 11.00–14.00 Uhr am 22. März 2014
1 Termin, 4 Unterrichtsstunden, 20,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.04

Zeit für mich mit wohltuenden Klangschalen

Tagesveranstaltung

Mit harmonischen Klängen für den Geist und die Seele und sanften Schwingungen für den Körper berühren Klangschalen ganzheitlich jede Zelle des Körpers. Als Gegenpol zu den Anforderungen des Alltags ermöglichen sie eine wohltuende, tiefgehende Entspannung, in der Blockaden gelöst und neue Energien freigesetzt werden können.

Ausgewählte, einfach anwendbare Klangsettings bieten neben interessanten Informationen ein angenehmes Erleben der ausgleichenden Wirkung. Bei gesundheitlichen Problemen bitte Rücksprache mit der Dozentin halten.

Bitte mitbringen: Warme Decke, Socken und ein kleines Kissen

EGE18 Cornelia Gajewski
Sa, 13.30–17.30 Uhr am 08. März 2014
1 Termin, 5 Unterrichtsstunden, 25,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.05

Peter Hess-Klangmassage-entspannt in den Sommer

Tagesveranstaltung

Bei der Klangmassage werden sanft schwingende und harmonisch klingende Klangschalen auf / um den bekleideten Körper gestellt und angeklungen. Im Kurs werden wir uns gegenseitig mit einer kleinen Klangmassage ganzheitlich von den obertonreichen Schalen berühren lassen. Belastendes kann losgelassen werden und die ausgleichende Wirkung innerer Ruhe und Gelassenheit kann wahrgenommen werden. Bei gesundheitlichen Problemen bitte Rücksprache mit der Dozentin halten.

Bitte mitbringen: Warme Decke, Socken, ein kleines Kissen zur bequemen Lagerung

EGE19 Cornelia Gajewski
Sa, 13.30–17.30 Uhr am 05. Juli 2014
1 Termin, 5 Unterrichtsstunden, 25,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.05

Muskelentspannung und Autogenes Training

Entspannung und Stressbewältigung mit Autogenem Training

Vieles im Beruf und in der Familie kann uns so sehr belasten, dass es zu physischen und psychischen Beschwerden kommen kann. Mit dem Autogenen Training nach Prof. Dr. Schultz erlernen Sie eine bewährte und anerkannte Methode, überschießende Reaktionen abzupuffern. Durch Selbstentspannung sammeln Sie wieder neue Kraft und Energie.

Mit anderen Teilnehmern können Sie während des Erlernens des Autogenen Trainings Ihre Erfahrungen austauschen und Ihren eigenen Umgang mit Stress beleuchten.

Bitte mitbringen: Decke, kleines Kissen und warme Socken.

EGE26 Jutta Wallasch
Di, 18.00–19.30 Uhr. ab 11. Februar 2014
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 79,- €
Kosten von 0,50 € für Kopien werden im Kurs mit der Dozentin abgerechnet.
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

EGE27 Jutta Wallasch
Di, 18.00–19.30 Uhr, ab 06. Mai 2014
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 79,- €
Kosten von 0,50 € für Kopien werden im Kurs mit der Dozentin abgerechnet.
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

EGE28 Jutta Wallasch
Di, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 06. Mai 2014
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 79,- €
Kosten von 0,50 € für Kopien werden im Kurs mit der Dozentin abgerechnet.
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.05

Doppelt hält besser! Entspannung pur mit Autogenem Training und Progressiver Muskelentspannung

Wenn wir unseren Alltagsanforderungen im Beruf und in der Familie mit mehr Gelassenheit, Stabilität und guter Gesundheit entgegentreten wollen, kann dabei das Erlernen einer Entspannungstechnik eine große Hilfe sein. Die Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen und das Autogene Training nach Prof. Dr. J. H. Schultz sind zwei effektive Entspannungsmethoden, die sich wunderbar miteinander kombinieren lassen.

Während bei der Prog. Muskelentspannung durch wechselseitiges An- und Entspannen einzelner Muskelgruppen ein tiefer allgemeiner Entspannungszustand im ganzen Körper erreicht wird, bewirken die Formeln (Suggestionen) des Autogenen Trainings auf mentaler Ebene das Gefühl von Ruhe und Gelassenheit. Die Methoden fördern eine bessere Körpersensibilisierung und stärken die Fähigkeit, körperliche und emotionale Spannungen frühzeitiger wahrzunehmen und zu lösen.

Im Kurs werden Theorie und Praxis beider Methoden vermittelt und durch wohltuende Körper- und Wahrnehmungsübungen ergänzt.

Kein Unterricht am 17.03. 2014

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke, ggf. kleines Kissen

EGE29 Angela Klieme
Mo, 18.00–19.30 Uhr, ab 03. März 2014
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 79,- €
Kosten von 2,00 € für Kopien werden im Kurs mit der Dozentin abgerechnet.
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.04

EGE30 Angela Klieme
Mo, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 26. Mai 2014
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 79,- €
Kosten von 2,00 € für Kopien werden im Kurs mit der Dozentin abgerechnet.
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.04

ULRICI APOTHEKE
natürlich schön & gesund
Allopathie
Anthroposophie
Homöopathie Biochemie
Mikrobielle und orthomolekulare Präparate
Naturkosmetik
BS · Neue Straße 4 · 0531/4 62 34
www.ulrici-apotheke.de

Yoga

Ganzheitlich leben ohne Stress: Yoga als Lebenseinstellung

Bildungsurlaub / Wochenseminar

Viele Menschen fühlen sich heute durch Stress belastet. Was ist überhaupt Stress? Wann empfinde ich eine Situation als stressig? Welche verschiedenen Formen von Stress gibt es? Anstatt Stress zu ignorieren, was oft zu Krankheit führt, und die Symptome nur oberflächlich zu behandeln, geht es in diesem Workshop darum, die tieferen Ursachen von Stress zu ergründen und Lebensweisen aufzuzeigen, die helfen, Stress zu verringern oder gar nicht erst entstehen zu lassen.

Die „östliche" Lebensphilosophie des Kundalini-Yoga (nach Yogi Bhajan) bietet einen reichen Schatz an ganzheitlichen Sichtweisen und Techniken, die auf heilsame Weise in unsere „westliche" Lebensweise integriert werden können, um ein gesundes, glückliches und bewusstes Leben zu führen.

Ziel des Workshops ist es, einen liebevollen Raum und eine Atmosphäre der Kommunikation zu schaffen, so dass sich jeder Teilnehmer einbringen und lehrreiche Erfahrungen sammeln kann.

Dieses Seminar ist im Rahmen der beruflichen Weiterbildung nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz anerkannt. Es steht jedoch allen Interessierten offen.

Bitte mitbringen: Unterlage (Schaffell, Isomatte etc.), bequeme, lockere Kleidung, Gymnastikschuhe oder dicke Socken, Decke, Schreibmaterialien, Pausenverpflegung

EGG01BU Marie Sörensenova
Mo 03.02.2014 - Fr 07.02.2014
08.30–16.30 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 184,- €
Zusatzkosten von 3,00 € für Kopien werden im Kurs von der Dozentin erhoben.
Lebenskreis e. V. Campestraße 7
(Eingang Ecke Adolfstraße) Gruppenraum

EGG02BU Marie Sörensenova
Mo 02.06.2014 - Fr 06.06.2014
08.30–16.30 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 184,- €
Zusatzkosten von 3,00 € für Kopien werden im Kurs von der Dozentin erhoben.
Lebenskreis e. V. Campestraße 7
(Eingang Ecke Adolfstraße) Gruppenraum

EGG03BU Marie Sörensenova
Mo 18.08.2014 - Fr 22.08.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 184,- €
Zusatzkosten von 3,00 € für Kopien werden im Kurs von der Dozentin erhoben.
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

Yoga-Schnupperkurs

Probieren Sie doch einmal Yoga! Beweglichkeit, Selbstbewusstsein und Konzentrationsfähigkeit werden gefördert durch Tiefenatmung, Meditation und Bewegungsprogramme. Aufbauen von Vitalität und Entschlackung der Energiebahnen durch die Jahrhunderte lang bewährte Methode des Hatha-Yoga. Meine Lehrbefähigung nach Swami Sivananda erwarb ich in mehrmonatigen Aufenthalten in Indien. Nach Kursende ist der Besuch eines geeigneten, weiterführenden Kurses möglich. Sprechen Sie hierüber mit Ihrer Kursleiterin.

Bitte mitbringen: Decke, warme Kleidung.

EGG07 Susanna Haiduk
Do, 20.00–21.30 Uhr. ab 08. Mai 2014
4 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 37,- €
Musische Akademie im CJD Braunschweig
Neustadtring 9 Raum 3.18

EGG08 Susanna Haiduk
Do, 20.00–21.30 Uhr, ab 12. Juni 2014
4 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 37,- €
Musische Akademie im CJD Braunschweig
Neustadtring 9 Raum 3.18

Yoga für Anfänger und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen

Mit Hilfe von Tiefenentspannung, verschiedenen Atemübungen (Pranayama) und Yogahaltungen (Hatha-Yoga Asanas) soll die Wahrnehmung auf das jeweils aktuelle eigene Handeln, Denken und Fühlen konzentriert werden (Raja-Yoga). So kann sich jeder im Laufe der Zeit neben der äußeren Handlung auch der begleitenden inneren Reaktion in Form seiner Gedanken und Gefühle bewusster werden. Dieser Kurs hilft also die Harmonie zwischen Außen (Handeln) und Innen (Denken, Empfinden) herbeizuführen. Diese Harmonie - der Einklang von Körper, Seele und Geist - ist immer auch Ursache für einen gesunden Körper.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Yogamatte und eine Decke.

EGG14 Dr. Erich Breyel
Mo, 18.00–19.30 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 132,- €
Quäker-Nachbarschaftsheim
(Zugang über Hof), Pestalozzistr. 12/13,
Gymnastikraum im Keller

EGG15 Dr. Erich Breyel
Mo, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 132,- €
Quäker-Nachbarschaftsheim
(Zugang über Hof), Pestalozzistr. 12/13,
Gymnastikraum im Keller

EGG16 Dr. Erich Breyel
Mi, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 12. Februar 2014
Kein Unterricht am 26.02. 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 132,- €
Stadtbad Braunschweig
Nimes-Straße 1, Gymnastikraum

Yoga für Anfänger und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen

In diesem Kurs sollen mit den Methoden des Hatha-Yoga Schritt für Schritt folgende Ziele erreicht werden:

- Gesunde Atmung: Versorgt den Körper mit Energie und Vitalität
- Entspannung: Bringt den Körper zur Ruhe und führt zu Ausgeglichenheit mit sich und der Umwelt
- Beweglichkeit: Hält Muskeln, Bänder und Gelenke geschmeidig, kräftigt die inneren Organe und stärkt den Kreislauf
- Gesunde Ernährung: Führt zu Wohlbefinden und geht nicht auf Kosten von Körper, Geist und Seele
- Positives Denken und Konzentration des Geistes führen zu innerer Ruhe

In diesem Kurs erhalten Sie das Handwerkszeug, um Yoga auch zu Hause zu betreiben und selbständig innere Ausgeglichenheit zu erreichen. Gehen Sie so oft Sie wollen in Yoga-Urlaub!

Bitte mitbringen:
Bequeme Kleidung, Decke, Yogamatte

EGG18 Susanna Haiduk
Do, 18.15 - 19.45 Uhr, ab 08. Mai 2014
8 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 70,- €
Musische Akademie im CJD Braunschweig
Neustadtring 9 Raum 3.18

Yoga-Mittelstufe

In diesem Kurs werden die bereits erlernten Grundkenntnisse vertieft und erweitert. Die Asanas (Körperstellungen) werden länger gehalten und durch Variationen ergänzt. Auch die Atemübungen werden vertieft und dadurch Prana (Lebensenergie) vermehrt aufgebaut. Entspannungs- und Konzentrationstechniken werden verfeinert und erlauben somit eine noch tiefere Meditationsfähigkeit. Die Gesamtheit der Übungen führt zu einer Entschlackung der Nadis (Energiebahnen), wodurch innere Ruhe, gesteigerte Vitalkapazität und die Auflösung von Energieblockaden erreicht wird.

Bitte mitbringen:
Warme Kleidung und eine Decke

EGG22 Susanna Haiduk
Di, 18.00–19.30 Uhr, ab 11. Februar 2014
12 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 103,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

EGG23 Susanna Haiduk
Di, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 11. Februar 2014
12 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 103,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

Yoga für Fortgeschrittene am Vormittag

Bewegungs-, Entspannungs-, Atem- und Konzentrationsübungen führen zur Lockerung und Kräftigung des Körpers; innere Kräfte werden aktiviert. Über Körperbewusstsein kommt der Übende zur Selbstentfaltung und Harmonisierung. Wachsende Entspannungsfähigkeit steigert Gesundheit und Lebensfreude. Neuanmeldung nur nach Rücksprache möglich.

Bitte mitbringen:
Bequeme Kleidung und eine Decke.

EGG25 Luise Thormann
Mi, 09.30–11.00 Uhr, ab 12. Februar 2014
13 Termine, 26 Unterrichtsstunden, 95,- €
Stadtbad Braunschweig
Nimes-Straße 1, Gymnastikraum

Yoga für Fortgeschrittene am Abend

In dieser Gruppe soll außer den Körperhaltungen, Pranayamas und Kriyas (Reinigungsübungen) auch Achtsamkeit in der Stille (Meditation und Konzentrationsübungen) geübt werden. Die Arbeit mit Texten aus der Yoga- und buddhistischen Literatur soll ein tieferes Verständnis über das Warum und Wie des Übens vermitteln. Die Teilnehmer sollten gute Kenntnisse der Yogahaltungen und grundlegenden Pranayamaübungen besitzen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Yogamatte und eine Decke.

EGG26 Peter Engel
Mi, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 124,- €
Quäker-Nachbarschaftsheim
(Zugang über Hof), Pestalozzistr. 12/13,
Gymnastikraum im Keller

– eine gute Geschenkidee …

Tiefenentspannung - Yoga - Geleitete Meditation für Anfänger und Geübte

Die Schwerpunkte dieses Kurses liegen auf der Tiefenentspannung und geleiteten Meditation, wobei die Yogaübungen unterstützend wirken. Die Methode der Yoga-Tiefenentspannung (Yoga-Nidra) beruht auf dem ständigen Bewusstwerden einzelner Körperteile und Visualisierungsübungen, die von jedem ausführbar sind und ganz von selbst zu tiefer Entspannung führen. Die geleiteten Meditationen lassen uns erkennen, wie wir uns selbst unter Druck setzen und innere Unruhe in Gang halten und führen zu mehr Selbstannahme, Zufriedenheit und Herzenswärme (Metta). Grundlage der Meditationen ist die Lehre des Buddha, die in groben Zügen erläutert wird.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Yogamatte und eine Decke.

EGG28 Peter Engel
Mi, 18.00–19.30 Uhr, ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 124,- €
Quäker-Nachbarschaftsheim
(Zugang über Hof), Pestalozzistr. 12/13,
Gymnastikraum im Keller

Massage

Fußreflexzonenmassage

Wochenendseminar

Die Fußreflexzonenmassage, eine alte Therapieform, ist heute wieder Bestandteil vieler ganzheitlicher Behandlungskonzepte. Der gesamte Körper ist praktisch in verkleinertem Maßstab in den Reflexzonen wiederzufinden. Diese können Aufschluss darüber geben, welche Organe in ihrer Funktion beeinträchtigt sind. Durch Massage der Reflexzonen können wir den Selbstheilungskräften unseres Körpers gezielte Anstöße geben, besonders bei funktionellen Störungen wie z. B. Kopfschmerzen, Verspannungen und Verdauungsstörungen. Das Wochenende bietet eine gründliche sachkundige Einführung. Wir werden in gegenseitiger Massage die Fußreflexzonenmassage kennenlernen. Auch eine Anleitung zur Selbstbehandlung wird gegeben.

Bitte mitbringen: Wolldecke, großes Handtuch, Buntstifte

EGH08 Wolfgang Schneider
Sa 22. - So 23. März 2014
Sa, 10.00–18.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 99,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Zeit für uns

Entspannung und Massage für Paare

Tagesveranstaltung

In diesem Kurs werden wir in entspannter Atmosphäre einfache und wirkungsvolle Massagegriffe einüben, die Sie später in den Alltag integrieren können. Nach einer geführten Entspannung massieren wir gegenseitig die Schultern, den Nacken, den Kopf oder den Rücken.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Socken, 2 Decken, 2 Kissen, 2 Handtücher, Öl, Getränk und Verpflegung

EGH10 Heike Guarascio
So, 11.00–15.00 Uhr am 30. März 2014
1 Termin, 5 Unterrichtsstunden, 25,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Berühren und berührt werden ... die heilsame Kunst der klassischen Massage

Wochenendseminar

Zwei Hände, einige Tropfen duftendes Öl, mehr brauchen wir nicht, um durch gegenseitige Massage Verspannungen vorzubeugen und sie zu lösen. So können wir unseren Körper immer sensibler wahrnehmen und körperlich und seelisch entspannter dem Alltagsstress begegnen. Neben anatomischen Grundkenntnissen möchte ich aus meinen berufspraktischen Erfahrungen die wichtigsten Handgriffe vermitteln (u. a. bei Kopf- und Rückenschmerzen, Schulter- und Nackenverspannungen) - Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Sie können den Kurs mit einem vertrauten Partner oder auch gerne alleine besuchen, der Kurs eignet sich für Paare und Singles gleichermaßen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, großes Handtuch, warme Decke und pflanzliches Massageöl

EGH14 Wolfgang Schneider
Sa 17. - So 18. Mai 2014
Sa, 09.00–16.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 88,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

Wichtiger Hinweis zur Kostenerstattung durch die Krankenkassen

Die Teilnahme an bestimmten Kursen können die Träger der Krankenversicherung (gesetzliche und private Kassen) im Rahmen der Gesundheitsvorsorge (Primärprävention) durch teilweise oder gesamte Übernahme der Teilnehmergebühren fördern. Erkundigen Sie sich bitte bei Ihrer Krankenversicherung.
Voraussetzung hierfür ist in allen Fällen die regelmäßige Teilnahme am Kurs.

Qi Gong und Tai Ji Quan

Qi Gong

Qi Gong ist - als selbstregulierender Teil der chinesischen Heilkunst - der Weg des Übens, des eigenen Bemühens um Gesunderhaltung und Heilung, deren Besonderheit darin besteht, Geist, Körper und Atmung des Menschen aktiv miteinander in Einklang zu bringen. Qi Gong leitet sich her von „Qi", was als Lebenskraft umschrieben werden kann und von „Gong", was in etwa „Fähigkeit durch beharrliches Üben" bedeutet. Es gilt in der Tradition als wichtige Maßnahme zum „Vertreiben von Krankheiten und zur Verlängerung des Lebens". Heute beschreibt dieser Begriff Übungen in sanfter langsamer Bewegung und Übungen in Ruhe, um die lebenserhaltenden Funktionen zu aktivieren, zu stärken und zu stabilisieren. Qi Gong ermöglicht es, selbstverantwortlich und selbstregulierend für die eigene Gesundheit tätig zu sein. Qi Gong umfasst eine Vielzahl verschiedener Übungen.

Qi Gong und Akupressurmassage (Shiatsu, TuiNa): Praktische und theoretische Einführung in die traditionelle chinesische Medizin

Bildungsurlaub / Wochenseminar

Der einwöchige Intensivkurs vermittelt Grundkenntnisse des Qi Gong in Theorie und Praxis für die Anwendung im pflegerischen Bereich. In systematischer Folge werden Elemente der TCM erklärt und Übungen des Qi Gong intensiv unter Anleitung praktisch erarbeitet. Einen zweiten Schwerpunkt bildet die Akupressurmassage; Anwendungsbereiche sind Rücken-, Schulter-, Nacken- und Fußmassage.

Dieses Seminar steht allen Interessierten offen. Für Angehörige medizinisch-pflegerischer Berufe ist dieses Seminar im Rahmen der beruflichen Weiterbildung nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz anerkannt.

Weitere Informationen unter www.naturheilpraxis-weinrich.de

Bitte prüfen Sie Ihren Anspruch auf Förderung durch die einkommensabhängige Bildungsprämie. Näheres dazu unter www.bildungspraemie.info oder Hotline 0800/262300.

Bitte mitbringen: Decke und bequeme Sportkleidung, Gymnastikschuhe oder Ähnliches

EGH21BU Pete Weinrich
Mo 24.03.- Fr 28.03.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 173,- €
Brunsviga-Kulturzentrum
Karlstraße 35, Meditationsraum

FGH21BU Pete Weinrich
Mo 24.11.2014 - Fr 28.11.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 173,- €
Brunsviga-Kulturzentrum
Karlstraße 35, Meditationsraum

Tai Ji / Qi Gong / Shiatsu und Ernährung in der TCM - Ein Tag zum Kennenlernen, zum Wohlfühlen und Entspannen

Tagesveranstaltung

An diesem Samstag möchte ich gerne einige Körperübungen aus dem Tai Ji-Qi Gong vorstellen. Einfache Sequenzen zum Mitmachen sollen Energie spenden und Lust auf mehr Qi Gong machen. Im zweiten Teil zeige ich Akupressurmassage und Ausschnitte aus der ganzheitlichen Körperbehandlung aus Japan, dem Shiatsu. Wir lernen, wie die Asiaten den Rücken und die Schulter-Nacken-Region effektiv und nachhaltig entspannen. Außerdem wird ein Überblick vermittelt über die Ernährung in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM).

Bitte mitbringen:
Decke und bequeme Sportkleidung

EGH22 Pete Weinrich
Sa, 10.00–13.00 Uhr am 22. März 2014
1 Termin, 4 Unterrichtsstunden, 21,- €
T.A.N.Z.; Hamburger Str. 273b; Raum

Qi Gong - die 18 Bewegungen in Harmonie für Anfänger

Elastische Bewegungen, Meditation und Atemübungen fördern die Körper-Seele-Geist-Einheit. Atmung, Bewegung und Energiefluss werden harmonisch in Einklang gebracht. Mit den Übungen wird der Geist beruhigt und innerlich zentriert, so dass eine effektive Wirkung zur Gesundheitsvorbeugung und zur Lebenspflege erzielt wird. Für mehr Ruhe, Gelassenheit und Harmonie ist Qi Gong gleichermaßen für junge und ältere Menschen geeignet.

Bitte mitbringen:
Decke und bequeme Sportkleidung.

EGH23 Yue Zhen Hierse
Mi, 18.00–19.30 Uhr
ab 26. Februar 2014
12 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 101,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Qi Gong - gesundheitsförderndes Qi Gong am Abend

Die Übungen des Meridian-Qi Gongs dienen zur Pflege des Lebens und schaffen neue Energie. Die ruhig fließenden Bewegungsbilder fördern das Körperbewusstsein, stärken die Gesundheit, intensivieren die Atmung, regulieren des Herz-Kreislaufsystem und wirken harmonisierend auf Geist und Vegetativum. Innere Ruhe und Ausgeglichenheit stellen sich ein. Qi Gong ist für Jung und Alt gleichermaßen geeignet. In China und Deutschland werden die Übungen zur Lebenspflege, zur Vorbeugung und zur Rekonvaleszenz bei verschiedenen Krankheiten erfolgreich eingesetzt. Immer mehr Therapeuten und Ärzte empfehlen Qi Gong als ergänzenden Medizinbaustein. Akupressur und Selbstmassage ergänzen den Unterricht.

Kein Unterricht am 28. Mai 2014

Bitte mitbringen: Bequeme Sportkleidung

EGH25 Pete Weinrich
Mi, 17.30–18.30 Uhr, ab 30. April 2014
8 Termine, 11 Unterrichtsstunden, 61,- €
T.A.N.Z.; Hamburger Str. 273b; Raum

Tai Ji Quan für Anfänger

Tai Ji Quan - das sind ruhige fließende Bewegungen, die ohne Anstrengung ausgeführt werden. Tai Ji Quan ist Aufmerksamkeitsschulung und meditative Übung. Es soll die Möglichkeiten körperlichen Wohlbefindens erhalten und erhöhen sowie physische und psychische Spannungen lösen.

Bitte mitbringen:
Decke und bequeme Kleidung.

EGH31 Yue Zhen Hierse
Mi, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 26. Februar 2014
12 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 101,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Tai Ji Quan leicht gemacht - die 24 Peking-Form für Anfänger

In den 50er Jahren entwickelte ein Ärztegremium in China eine kurze, populäre Übungsform des Tai Ji Quan „Tai Ji Quan leicht gemacht", die sogenannte Pekingform. Tai Ji kommt aus den traditionell chinesischen Bewegungskünsten („chinesisches Schattenboxen") und wird in China als wirkungsvolle Gesundheitsvorsorge geübt und hat in den letzten Jahren auch in Europa in diesem Sinne breite Anerkennung gefunden.

Kein Unterricht am 27. Mai 2014

Bitte mitbringen: Bequeme Sportkleidung.

EGH32 Pete Weinrich
Di, 17.15 - 18.15 Uhr, ab 29. April 2014
8 Termine, 11 Unterrichtsstunden, 61,- €
T.A.N.Z.; Hamburger Str. 273b; Raum

Die „Dreizehn-Bewegungen des Tai Ji Quan (Shi San Shi)

Wochenendseminar

Tai Ji Quan ist nicht nur bewegtes Qigong, sondern in späteren Stadien auch eine sanfte und dynamische Bewegungskunst. Das Konzept der „13 Bewegungen" stellt jedoch ein eigenes Übungssystem dar, in dem die Bewegungsprinzipien der „Inneren Kraft" und eines „Tun-durch-Nicht-Tun" in rituellen Bewegungen umgesetzt werden. Hierdurch erklärt sich auch der Name „Schattenboxen" oder „The Great Ultimate Dancing". Neben sanften Körper- und Energieübungen und einem speziellen Grundlagentraining werden wir die ersten vier der „Acht Tore" und die „Fünf Schrittarten" üben. Tai Ji auf diese Weise ausgeführt kann so zu einer elementaren Bewegungs- und Lebenserfahrungen oder sogar zu einer „Lebenskunst" werden.

Das Wochenende ist stilübergreifend und auch für Anfänger und Jung und Alt geeignet. Es setzt eine normale körperliche Beweglichkeit voraus, viel Lust auf Bewegung wären wünschenswert.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Turnschuhe, eine Decke und ein Getränk

EGH34 Kajo Brand
Sa 12. - So 13. Juli 2014
Sa, 10.00–18.00 Uhr
So, 10.00–16.00 Uhr
2 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 67,- €
Sportschule SICHER UND STARK Rebenpark, Hof E, Geysostraße 20 38106 Braunschweig

Hinweis zum aktuellen Bonussystem der Krankenkassen

Die gesetzlichen Krankenkassen können in ihren Satzungen bestimmen, welche Kurse sie den Versicherten im Rahmen des Bonus-Systems anerkennen. Die Verfahren sind sehr unterschiedlich. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse vor der Anmeldung! Mit der Teilnahmebescheinigung Ihrer Volkshochschule und dem Zahlungsbeleg können Sie bei Ihrer Krankenkasse den Stempel für Ihr Bonusheft erhalten.

Unsere Kursleiter/-innen

... haben alle eine entsprechende Ausbildung und meist umfangreiche Erfahrung in der Erwachsenenbildung. Um stets auf dem aktuellen Stand zu bleiben, bilden sie sich regelmäßig weiter.

Farb- und Stilberatung

Bekennen Sie Farbe! - Farb- und Stilberatung am Wochenende

Dieser Kurs bietet Ihnen eine individuelle Farbanalyse. Hinzu kommen Tipps und Übungen, Farben zu kombinieren und figurbezogene Kleidungsempfehlungen sowie Hinweise zur Stilerkennung und Umsetzung und Empfehlungen für Accessoires, Frisur und Brille.

EGV29 Ursula Weber
Fr 21. - So 23. März 2014
Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–15.00 Uhr
So, 09.00–15.30 Uhr
3 Termine, 19 Unterrichtsstunden, 79,- €
Zusatzkosten: ca. 3,- €, im Lehrgang mit der Dozentin abzurechnen
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.15

© B.Eckholdt/pixelio

Hochstecken - kein Problem - gewusst wie

Tolle Ideen für Langhaarfrisuren

Auch lange Haare können mit ein paar Tricks interessant gestaltet werden. Mit verschiedenen Techniken und frischen Ideen, durch Dreh- und Flechttechniken und Accessoires lassen sich pfiffige Hochsteckfrisuren gestalten. Lassen Sie sich begeistern!

EGV31 Elvira Fuge
Mo, 18.00–20.15 Uhr, ab 03. März 2014
2 Termine, 6 Unterrichtsstunden, 27,- €
Ein Selbstkostenbeitrag von 5,00 € für eine Kursmappe wird von der Dozentin erhoben.
Salon Pocoloco, Altewiekring 37

Professionelle Typ- und Kosmetikberatung und tolle Frisurenkonzeptionen

Legen Sie ganz besonderen Wert auf eine individuelle professionelle Beratung? Dann sind Sie richtig in diesem Kurs.

Nicht ein extremer Haarschnitt ist gefragt, sondern tolle Frisurenkonzeptionen, die auf den jeweiligen Typ abgestimmt sind. Welche Frisur ist für mich optimal? Tipps und Tricks zum Frisurenstyling werden gegeben. Sie lernen, wie man mit Bürste und Fön umgeht.

Ein modisches Trend-Make-up setzt einen besonderen Akzent.

Bitte mitbringen: Fön und Haarbürste(n)

EGV33 Elvira Fuge
Mo, 18.00–20.15 Uhr
ab 17. März 2014
3 Termine, 9 Unterrichtsstunden, 40,- €
Ein Selbstkostenbeitrag von 5,00 € für eine Kursmappe wird von der Dozentin erhoben.
Salon Pocoloco
Altewiekring 37

Wein und Kultur

Lecker Likörchen und bärenstarke Brände

Mal etwas über die Unterschiede von handelsüblichen und hausgemachten Likören, Aufgesetztem und Direktsaftlikören erfahren - und natürlich probieren? Eine Probeverkostung mit Geist und Brand im Vergleich? Riechen und Schmecken und dazu Informationen aus erster Hand vom Produzenten.

BEGW01 Fred Paris, 32,- EUR
Sa, 17.00 - 20.00 Uhr, am 25. Januar 2014
Heimatrausch, Schlosspassage 26

Mal ganz von vorn - Ein Wein-Basis-Abend

Wie bekomme ich einen Überblick über das mannigfaltige Angebot und finde die Weine, die mir persönlich zu den verschiedenen Gelegenheiten am besten gefallen? Welche Rolle spielt z.B. das viel beschworene Terroir und was hilft das vermeintliche Kauderwelsch der Weinbeschreibungen? An diesem Abend probieren wir uns durch einige Grundtypen von Weiß-, Rosé- und Rotweinen und verschaffen uns einen Überblick darüber, was im Jahreslauf von den WinzerInnen in Weinberg und Keller für einen guten Wein getan wird.

BEGW02 Andreas Klepp, 32,- EUR
Fr, 18.00 - 21.00 Uhr, am 07. Februar 2014
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

Klasse Cavas und feine Weine - Aus der Schatzkammer Kataloniens

Schatzkammer Katalonien

Katalonien produziert 90% des spanischen Sekts (Cava) und die internationalen Verkaufsrenner wie Freixenet oder Corduniu kennen viele. Aber daneben existiert eine Vielzahl kleinerer Betriebe, die klasse Cavas in diversen Geschmacksrichtungen hervorbringen. Und katalanische Weine sind längst aus dem Schatten der großen Schwester La Rioja herausgetreten: neben verschiedensten schönen Weiß- und Rotweinen aus dem größten Anbaugebiet, dem Penedes, finden sich Überraschungen aus anderen bekannten Regionen genauso wie die Spitzengewächse des Priorat in der Nähe von Tarragona. Oft spielen dabei ökologisch wirtschaftende Winzer eine herausragende Rolle. Probieren wir uns durch eine verführerische Vielfalt und erfahren dabei mehr über dieses tolle Weinbaugebiet.

BEGW04 Andreas Klepp, 32,- EUR
Fr, 18.00 - 21.00 Uhr, am 28. Februar 2014
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

ANMELDUNG und INFORMATION

Ute Koopmann
Volkshochschule Braunschweig GmbH
Telefon 0531 2412-210
ute.koopmann@vhs-braunschweig.de

Vorankündigung

Kultur-Wander-Weinreise in die Türkei
vom 18. bis 25. Oktober 2014
Wir schicken Ihnen gerne eine ausführliche Reisebeschreibung zu.

Le fromage et le vin - ein Synonym für Genuss und Harmonie mit unerschöpflichen Geschmacksvariationen

Dank ihrer jahrhundertealten Tradition und unglaublichen Vielfalt gelten Käse und Wein in Frankreich als Kulturgüter. Wenn die Beziehung zwischen beiden stimmt, ergänzen sich die jeweiligen Geschmacksnuancen perfekt zu einem tollen Erlebnis! Jede Käsesorte hat dabei jedoch ihre eigenen Bedürfnisse und passt nicht zu jedem Wein.

BEGW06 Dorothee Hermann, 39,- EUR
Fr, 18.00 - 21.00 Uhr, am 14. März 2014
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

→

Genuss und Kunst - beim Rosé aus der Provence mit Pinsel und Farbe Impressionen auf die Leinwand bringen

Sie zieht jeden in ihren Bann - die Provence. Land des Lichts, Inspiration der Maler, Feuerwerk der Farben, Heimat der Sonne und des Weins. Lassen Sie sich von der Provence, die geprägt ist von der Vielfalt und Frische eines Paradieses, verzaubern, öffnen Sie den überwältigenden Aromen und Düften Ihre Sinne und lassen Sie Wein, Muße, Malerei und Impressionen auf sich wirken.

An diesem Abend stehen Ihnen Leinwand, Pinsel, Farb-Pigmente, Acrylfarben etc. zur Verfügung. Künstlerisch begleitet - mit kleinen theoretischen Ausflügen zu Material, Technik und Thema beginnen Sie, ein aufgebautes Stilleben zu erfassen - von der Skizze über die malerische Umsetzung im Stil der Impressionisten, bis hin zum vollendeten Bild. Ihr Werk - ein Ausdruck Ihrer Assoziationsräume - Ihr Stilleben gebannt in Form und Farbe.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

BEGW08 Dorothee Hermann und Anja Fass
69,- € – zzgl. 10,- bis 20,- € Materialkosten
Sa, 15.00 - 22.00 Uhr, am 22. März 2014
FarbRaum A. Fass, Hamburger Str. 273/B17

Neues von Riesling & Co - Eine Mosel-Wein-Tour Einzelveranstaltung

2000 Jahre Weinbautradition und 5000 Weinbaubetriebe, eines der beliebtesten und bekanntesten Anbaugebiete in Deutschland - gibt es über die Mosel noch etwas Neues zu erfahren?

Oh ja, und vor allem zu probieren und zu genießen! Die Renaissance der Rieslinge der z. T. legendären Steillagen, die alte Römersorte Elbling und der Aufsteiger Weißburgunder bieten allerhand Entdeckungen. Und mancherorts - nicht unumstritten - immer mehr Rotwein!? Oft die innovativsten und interessantesten Winzer arbeiten nach ökologischen Grundsätzen und an vielen Orten bemüht man sich um den Erhalt bzw. um die Wiederbelebung der alten Kulturlandschaften. Wir werden zusammen einige besonders interessante Weine (und Winzersekte) probieren und uns dabei mit einigen der aktuellen Entwicklungen dieser uralten und immer wieder neu auf- und anregenden Region beschäftigen.

BEGW10 Andreas Klepp, 32,- EUR
inkl. Wein, Brot, Mineralwasser
Fr, 18.00 - 21.00 Uhr, am 28. März 2014
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

hosgeldiniz: Annäherung an das Weinland Türkei

Nur aus drei Prozent der türkischen Trauben-Ernte wird Wein gemacht, dabei existiert eine Vielzahl von Rebsorten, die tolle Weine in den verschiedensten Geschmacksrichtungen hervorbringen können. In den vergangenen Jahren hat der Weinkonsum im Land merklich zugenommen und auch für den Export werden mehr und mehr qualitätsvolle Weiß- und Rotweine produziert. Wir gehen auf Entdeckungstour und probieren querbeet von einigen wichtigen Weinerzeugern und aus den Weingegenden verschiedener Regionen: So u.a. aus dem europäischen Thrakien, aus der Ägäis-Region und aus anatolischen Anbaugebieten.

BEGW12 Andreas Klepp, 32,- EUR
zusätzlich Kosten für die Weine
Fr, 18.00 - 21.00 Uhr, am 25. April 2014
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

Cuisine d'Alsace

Elsässer Küche - fruchtige, mineralische Weine

Elsässer Weine lassen sich durch ihre Frische, ihre feinen, intensiven Aromen sowie ihren fruchtigen, würzigen Geschmack beschreiben. Ein ausgewogenes Klima und geologische Vielfalt erbringen reine und gehaltvolle Weine mit mineralischem Einschlag.

Wir werden typische Elsässer Gerichte zubereiten wie das berühmte elsässische Sauerkraut (Choucroute), Flammkuchen und andere leckere Gerichte aus der Region - lassen Sie sich überraschen. Beim Kochen genießen wir einen Crémant (Sekt), dann werden wir verschiedene Weißweine der in dieser Region typischen Rebsorten und einen Pinot Noir (Spätburgunder) verkosten.

BEGW14 Angela Pauls, Klaus Arndt-Götting
56,- EUR, inkl. Lebensmittel und Wein
Fr, 16.30 - 22.00 Uhr, am 09. Mai 2014
Haus der Familie, Kaiserstraße 48, 2. OG, Küche

Den Harz erwandern und genießen -

Die VHS-Frühjahrs-Wander-Tour

Bitte vormerken: Die nächste unserer - nun schon fast traditionellen - Harz-Touren steht bevor. Wieder geht's in eine von Natur und Kulturgeschichte besonders interessante Gegend und wie immer gibt's kleine Kostbarkeiten zu essen und zu trinken - frisch aus der Region. Nähere Informationen folgen ...

BEGW16 Andreas Klepp, 69,- EUR
Gruppengröße: 10-20 Personen
Sa, 10.00 - 20.00 Uhr, am 24. Mai 2014
Ort wird noch bekannt gegeben

ANMELDUNG und INFORMATION

Ute Koopmann
Volkshochschule Braunschweig GmbH
Telefon 0531 2412-210
ute.koopmann@vhs-braunschweig.de

Wein und Kultur

Frische, gut gekühlte Sommerweine - weiß, rosé und rot

Als Vorfreude auf die Sommerferien stellen wir Ihnen verschiedene fruchtbetonte, spritzige und leichte Weine aus Europa vor, die „belebend" und „bekömmlich" sind. Sommerweine sind im Frühjahr auf ihrem Höhepunkt und in der Regel Weine aus dem Vorjahr. Es handelt sich dabei um fruchtige Weine mit moderatem Alkoholgehalt. Klassische Weißwein-Rebsorten für Sommerweine sind Silvaner, Rivaner, Weißburgunder und Riesling. Darüber hinaus verkosten wir Roséweine, z.B. vom Spätburgunder und leicht gekühlte Rotweine ohne Holzfassausbau wie z.B. vom Zweigelt. Lassen Sie sich überraschen!

Bei schönem Wetter können wir auch draußen sitzen.

BEGW20 Klaus Arndt-Götting, 32,- EUR
inkl. Wein, Brot und Mineralwasser
Fr, 18.00 - 21.00 Uhr, am 20. Juni 2014
VHS Alte Waage 15, Erdgeschoss Foyer

Auf zum Calmont! Wein-Wander-Reise an die Mosel

Europas steilster Weinberg liegt an der Mittelmosel: Der Calmont, rund 25 km von Cochem entfernt, bietet eine einzigartige Natur- und Kulturlandschaft. Spuren römischer Kultur finden sich hier und seit Jahrhunderten wird unter extremen Bedingungen auf kleinsten Schieferterrassen am steilen Hang vorzüglicher Riesling angebaut. Ausgangspunkt unserer Reise ist Ediger-Eller mit seinem malerischen Dorfkern, das „Rothenburg an der Mosel" - von dort aus stehen drei Tage Wandern, Weinproben bei renommierten, sowohl ökologisch als auch konventionell wirtschaftenden, Winzern und Entdeckungstouren zu Spuren von mehr als 2000 Jahre Kulturgeschichte auf dem Programm.

Infoabend: Montag, 28.04.2014, 18:00 Uhr,
Volkshochschule Braunschweig, Alte Waage
BEGW22 Andreas Klepp, 290,- EUR
24. Juli - 27. Juli 2014

Möchten Sie Ihren Geburtstag, Ihre Betriebsfeier oder andere festliche Anlässe einmal ganz anders feiern?

Sprechen Sie uns an. Gerne organisieren wir für Sie und Ihre Gäste einen Weinabend oder eine Veranstaltung zum Thema „Wein und Kultur" mit unseren qualifizierten Kursleitern.

vhs//arbeit
VHS Arbeit und Beruf GmbH

1. Halbjahr 2014

www.jobloewe.de Seite 78

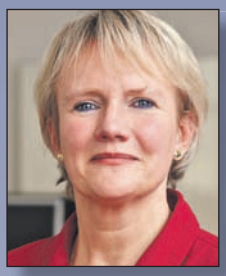
Qualifizierung und Vermittlung Seite 78

Jugendprojekte Seite 80

Beschäftigungsprojekte Seite 82

Norbert Schäfer
Geschäftsführer

Lidia Silber
Prokuristin



Heike Derner-Sewe
Projektabwicklung

Lidia Kurocka
Projektabwicklung

Geschäftsführer: Norbert Schäfer, Tel. 0531 2412-318
Projektabwicklung: Heike Derner-Sewe, Tel. 2412-232, Lidia Kurocka, Tel. 2412-314

vhs

Information:
0531 2412-0

Bildungsgutschein
der Agentur für Arbeit / Jobcenter

Ein Bildungsgutschein berechtigt zur Teilnahme an einer Maßnahme der beruflichen Weiterbildung.

Die Kosten für die Weiterbildung werden von der Agentur für Arbeit oder dem Jobcenter übernommen.
Der Bildungsgutschein beinhaltet Angaben über den Themenschwerpunkt (Bildungsziel), die maximale Dauer und die Kostenübernahme.

Die VHS Arbeit und Beruf GmbH ist ein zugelassener Träger für die Förderung der beruflichen Fortbildung gemäß „Akkreditierungs- und Zulassungsverordnung Arbeitsförderung" (§5 AZAV) und bietet eine Reihe von Qualifizierungsmaßnahmen an, die für die Einlösung von Bildungsgutscheinen zugelassen sind:

- Berufspraktische Weiterbildung für Frauen – Zurück in den Beruf
- Berufspraktische Weiterbildung für Langzeitarbeitslose mit Lese- und Schreibproblemen
- Berufspraktische Weiterbildung für Migrantinnen und Migranten

www.jobloewe.de

Beratungsdienst für Personen mit Migrationshintergrund (auf Wunsch auch mehrsprachig)

Bewerbung ONLINE

Unsere Ziele sind:

- die Vermittlung in ein Beschäftigungsverhältnis oder eine Ausbildung
- die Verbesserung Ihrer Chancen auf dem Arbeitsmarkt durch Beratung und passgenaue Qualifizierung

Wir beraten bei:

- der Erstellung eines Bewerberprofils
- der Anerkennung Ihrer Diplome
- der Suche nach Bildungsangeboten
- der Suche nach Praktika und Angeboten auf dem ersten Arbeitsmarkt

Wir qualifizieren durch:

- berufspraktische Erfahrung in geeigneten Betrieben
- gezielte Sprachförderung angepasst an die Erfordernisse des Arbeitsplatzes
- die Vermittlung von Kenntnissen in EDV und neuen Medien
- gezielte Qualifizierung für spezielle Berufsbereiche

Die Aufnahme in die Joblöwe-Datenbank und sämtliche Beratungsleistungen sind kostenlos. Besuchen Sie uns im Internet oder sprechen Sie uns direkt an.

Ansprechpartnerin: Elena Sabuga, Tel. 0531 24 12-347

Qualifizierung und Vermittlung

Berufspraktische Weiterbildung (BPW) für Frauen: Zurück in den Beruf

Ansprechpartnerin
Dorothee Hermann
Telefon 0531 2412 414

Teilnahmevoraussetzung ist ein **Bildungsgutschein** der Agentur für Arbeit / Jobcenter

Die Maßnahme richtet sich an:

- Frauen in oder nach der Familienphase, die ihre Rückkehr in den Beruf vorbereiten
- arbeitslose Frauen, die durch ein betriebliches Praktikum und durch passgenaue Zusatzqualifizierungen ihre Chancen auf einen erfolgreichen Wiedereinstieg ins Berufsleben erhöhen möchten

Inhalte:
Information über den Arbeitsmarkt der Region, Profilentwicklung, Auffrischung und Training der Bewerbungskompetenzen/Kennen lernen neuer Testverfahren (Assessment-Center), Erwerb beschäftigungsrelevanter Zusatzqualifizierungen, Grundlagen und Aufbaukurse im Bereich EDV, Information über Möglichkeiten der Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Aufbau eines positiven Selbstbildes und Unterstützung bei der Entwicklung einer Lebens- und Arbeitsperspektive, Training der Rhetorik- und Kommunikationstechniken, Betriebliches Praktikum, Beratung, Aufnahme in einen Bewerberinnenpool.

Die Maßnahme dauert 6 Monate und kann in Vollzeit oder in Teilzeit besucht werden.
Ein Einstieg ist laufend möglich.

Berufspraktische Weiterbildung (BPW) für Langzeitarbeitslose mit Lese- und Schreibproblemen

Teilnahmevoraussetzung ist ein **Bildungsgutschein** der Agentur für Arbeit / Jobcenter

Ansprechpartnerin
Barbara Jördening
Telefon 0531 2412 432

Diese Maßnahme richtet sich an langzeitarbeitslose Erwachsene deutscher Muttersprache oder mit guten Deutschkenntnissen, die keine ausreichenden Kompetenzen im Verstehen von Texten und im sicheren und selbstständigen Gebrauch der Schriftsprache haben.

Inhalte:
Kompetenzfeststellung, Kompetenzenerweiterung, Profiling, Bewerbungstraining, EDV-Grundkenntnisse, Berufsbezogenes Lesen, Schreiben, Rechnen, Aufbereitung der arbeitsplatzspezifischen schriftsprachlichen Anforderungen, Orientierung in der Weiterbildung, Arbeitswelt, Arbeitsmarkt, Auffrischen der Sozialkompetenz.

Die Maßnahme dauert max. 8 Monate; Vollzeit oder Teilzeit.
Ein Einstieg ist laufend möglich.

PROJEKT: Beruflicher Wiedereinstieg für Alleinerziehende

Ansprechpartnerin
Liane Heinecke
Telefon 0531 2412 453

Die Qualifizierung richtet sich an alleinerziehende Frauen und Männer, die ihre Rückkehr in den Beruf vorbereiten und wird in Teilzeit mit 200 Unterrichtsstunden in Zusammenarbeit dem Jobcenter Braunschweig angeboten.

Inhalte:

- Vorbereitung auf eine Beschäftigungsaufnahme nach der Familienphase
- Erkennen und entwickeln von Kompetenzen und Schlüsselqualifikationen
- Kombination von Elternrolle und Arbeitsleben
- Gründung eines funktionsfähigen Netzwerkes zur Kinderbetreuung
- Individuelle Unterstützung bei Bewerbungen und Vorstellungsgesprächen

Für alle Kinder der Teilnehmenden, die während der Maßnahmezeit nicht betreut sind, wird eine Kinderbetreuung angeboten.

Die Maßnahme gliedert sich in eine vierwöchige Vorlaufphase und im Anschluss startet die zehn-wöchige Gruppenphase.

PROJEKT: Selbstvermarktung erwerbsfähiger Leistungsberechtigter

Ansprechpartner
Gero Alders
Telefon 0531 2412 373

Die Qualifizierung richtet sich an erwerbsfähige Leistungsberechtigte und wird in Vollzeit mit 160 Unterrichtsstunden in Zusammenarbeit mit dem Bildungswerk der Niedersächsischen Wirtschaft und dem Jobcenter Braunschweig angeboten.

Inhalte:

- Regionale und bundesweite Arbeitsmarktanalyse
- Steigerung der beruflichen Mobilität und Flexibilität
- Alternative Arbeitszeitmodelle und Beschäftigungsformen
- Training der Bewerbungskompetenzen
- Stärken- und Schwächenanalyse
- Entwicklung von Selbstvermarktungsstrategien

PROJEKT: Kenntnisvermittlung IT

Ansprechpartner
Dirk Steinhagen
Telefon 0531 2412 180

Die Qualifizierung richtet sich an erwerbsfähige Leistungsberechtigte aller Berufsgruppen und wird in Teilzeit mit 144 Unterrichtsstunden in Zusammenarbeit mit der Oskar-Kämmer-Schule im Auftrag des Jobcenters Braunschweig angeboten.

Durch die Teilnahme an der Maßnahme sollen die beruflichen Kenntnisse und Fertigkeiten im Bereich „Grundkenntnisse EDV“, „Excel“ und „Word“ verbessert werden.

Jugendprojekte

PROJEKT: Durchstarten – Aktivierungshilfen für Jüngere

Ansprechpartnerin
Astrid Kasper
Telefon 0531 2412 261

Ansprechpartner
Uwe Jansen
Telefon 0531 2412 251

Ansprechpartnerin
Sarah Jander
Telefon 0531 2412 258

Ansprechpartnerin
Andrea Schreiber
Telefon 0531 2412 252

Ansprechpartnerin
Sylvia Eckert
Telefon 0531 2412 433

Dieses Projekt wird im Auftrag des Jobcenters Braunschweig und in Kooperation mit der Ausbildungswerkstatt Braunschweig e. V. (ABW) und der Oskar-Kämmer-Schule (OKS) durchgeführt.

Die Maßnahme richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene unter 25 Jahren mit dem Ziel der Heranführung und Eingliederung in das Ausbildungs- und Beschäftigungssystem.

Inhalte:

- Einstiegsphase, in der die individuellen Maßnahmeschwerpunkte mit jedem einzelnen Jugendlichen abgestimmt werden
- konkrete Projektarbeit in den Praxisfeldern Farbe, Metall, Holz, Hauswirtschaft, Textil, Büro
- übergeordnete Themen sind dabei „Gestaltung und Herstellung von Bühnenelementen" und der „Umgang mit der virtuellen Welt des Web 2.0 und seinen sozialen Netzwerken".
- theoretische Qualifizierungen und Fördereinheiten mit unterschiedlichen Schwerpunkten (z. B. Berufsorientierung, Bewerbungstraining, allgemeine Grundlagen) und übergreifende Projekte wie z. B. gesunde Lebensführung, Haushaltsplanung oder Theater
- betriebliche Erprobung

Die Jugendlichen werden während der Teilnahme sozialpädagogisch begleitet und bekommen täglich eine warme Mahlzeit.

Teilnahmevoraussetzung: individuelle Zuweisung vom Jobcenter Braunschweig.

Die Maßnahme dauert 6 Monate und ein Einstieg ist laufend möglich.

PROJEKT: Jugendwerkstatt Braunschweig (JWS)

Ansprechpartner
Jörn Wegner
Telefon 0531 2412 253

Ansprechpartnerin
Katy Küster
Telefon 0531 2412 263

Dieses Projekt wird mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds gefördert.
EUROPÄISCHE UNION
Europa fördert Niedersachsen

Unser gemeinsames Ziel mit den Jugendlichen ist die Heranführung und Eingliederung in das Ausbildungs- und Beschäftigungssystem.

Hierzu bietet die VHS Arbeit und Beruf GmbH mit der Jugendwerkstatt die Möglichkeit in den jeweiligen Berufsfeldern Holz, Metall sowie Büro und Verkauf die grundlegenden fachpraktischen sowie fachtheoretischen Fähigkeiten kennen zu lernen und zu vertiefen. In den Werkstätten wird dabei mit einem produktionsorientierten Ansatz gearbeitet.

Parallel zum Praxisteil finden in regelmäßigen Abständen theoretische Qualifizierungen und Fördereinheiten mit unterschiedlichen Schwerpunkten (z. B. Bewerbungstraining, Fachtheorie, allgemeine Grundlagen) und übergreifende Projekte wie z. B. gesunde Lebensführung statt.

Weiterhin besteht auch die Möglichkeit ein Praktikum in einem Betrieb zu absolvieren.

Die Jugendlichen werden während der Teilnahme sozialpädagogisch begleitet.

Teilnahmevoraussetzung:
Eine individuelle Zuweisung vom Jobcenter für eine Dauer zwischen 6 und 12 Monaten.

PROJEKT: Schulpflichterfüllung in Jugendwerkstätten (SiJu)

Ansprechpartner
Frank Evers
Telefon 0531 2412 255

Im Rahmen des Projektes „Jugendwerkstatt Braunschweig“ bietet sich das Projekt „Schulpflichterfüllung in Jugendwerkstätten „ als eine alternative Möglichkeit zur Schulpflichterfüllung und als wichtiges Bindeglied zur späteren beruflichen Integration dieser jungen Menschen an.

Mit den insgesamt 13 im Projekt „SiJu“ zur Verfügung gestellten Plätzen wird jungen Menschen mit multiplen Problemlagen die Möglichkeit gegeben, im Rahmen eines mit der zuweisenden berufsbildenden Schule abgeschlossenen einzelfallbezogenen Förderplanes ihre Schulpflicht nach § 67 Abs. 5 des Niedersächsischen Schulgesetzes zu erfüllen.

Dieses Projekt wird mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds gefördert.
EUROPÄISCHE UNION
Europa fördert Niedersachsen

Im Unterschied zu den Berufsbildenden Schulen ist das Projekt „SiJu” an keinen Lehrplan gebunden und kann von daher sehr individuell auf die unterschiedlichen schulischen Voraussetzungen und sonstigen Problemlagen der jeweiligen Teilnehmer eingehen.

Schwerpunkt im Projekt „SiJu” ist die handwerkliche Beschäftigung der Jugendlichen im Holz- und Metallbereich. Die hier unter fachpraktischer Anleitung erfolgte Vermittlung von Basisqualifikationen hat das Ziel einer handwerklichen Befähigung der jungen Menschen und soll gleichzeitig das Interesse an weiterer Berufsvorbereitung oder einer eventuellen Berufsausbildung wecken.

Beschäftigungsprojekte

Petzvalstraße 50 B, 38104 Braunschweig

Abteilungsleiter
Rainer Junge
Telefon 0531 2412 320

Im Rahmen der kommunalen Beschäftigungsförderung der Stadt Braunschweig bietet die VHS im Auftrag des Jobcenters Braunschweig in verschiedenen Arbeitsfeldern Projekte an. Durchgeführt werden diese Maßnahmen auf Basis von Arbeitsgelegenheiten (AGH) mit Mehraufwandsentschädigung (MAE) nach § 16 SGB II.

Oberste Zielsetzung ist die Heranführung an das Arbeitsleben. Die Perspektive auf Integration in den ersten Arbeitsmarkt soll in jeder Phase erhalten bleiben, indem z. B. die allgemeinen und beruflich verwertbaren Kompetenzen soweit wie möglich stabilisiert und ausgeweitet werden.

Das Heranführen an Arbeitstugenden und damit erreichen einer Arbeitsmarktfähigkeit beinhaltet das Erkennen, Feststellen und Erweitern individueller Qualifikationen, eine Sensibilisierung für die Arbeitswelt, eine Verbesserung der Kommunikationsfähigkeit und eine Erhöhung der sozialen Kompetenzen.

PROJEKT: Gartenlandschaftsbau (Bauprojekt)

Ansprechpartnerin
Birgit Herschelmann
Telefon 0531 2147368

Je nach Umfang der einzelnen Bauvorhaben wechseln die Einsatzorte im Stadtgebiet. Der zentrale Einsatzort ist in der Borsigstraße 2a, Lok-Park. Vom Bauprojekt wurde und wird das Außengelände barrierefrei gestaltet, Eisenbahnunikate aufgearbeitet bzw. restauriert.

Teilnahmevoraussetzungen: individuelle Zuweisung vom Jobcenter

Arbeitszeit: 30 Stunden wöchentlich, bis zu 30 Teilnehmerplätze

Dauer: 6 Monate individuelle Regelverweildauer

Beginn: Laufender Einstieg, jeweils dienstags um 10:00 Uhr

PROJEKT: Stadtbildverschönerung (Wildkraut)

Ansprechpartner
Detlef Meiling
Telefon 0531 2412 274

In diesem Projekt wird das Straßenbegleitgrün manuell mit Harken, Hacken und Scha-bern entfernt. Von einem zentralen Standort ausgehend, fahren die einzelnen Arbeitsgruppen mit Kleinbussen und Anhängern in die jeweiligen Stadtteile. Ziel des Projektes ist es u.a., das äußere Erscheinungsbild der Stadt Braunschweig erheblich aufzuwerten.

Alle Teilnehmer werden explizit in den Themenbereichen „Verhalten im Straßenverkehr“ und „Sicherung von Arbeitsbereichen“ geschult.

Teilnahmevoraussetzungen: individuelle Zuweisung vom Jobcenter

Arbeitszeit: 30 Stunden wöchentlich, 56 Teilnehmerplätze

Dauer: vom 1. April bis 31. Oktober 2014

Beginn: Laufender Einstieg, jeweils dienstags um 10:00 Uhr

PROJEKT: Manuelle Reinigung der Innenstadt (USB)

Ansprechpartnerin
Caroline Neubert
Telefon 0531 2147952

Ergänzend zur vergebenen Straßen- und Gehwegreinigung wird manuell Abfall (Zigarettenstummel, Papier etc.) mit Handgreifern gesammelt.
Dabei sind die Teilnehmer in Kleingruppen in der Innenstadt zu Fuß unterwegs.

Teilnahmevoraussetzungen: individuelle Zuweisung vom Jobcenter
Arbeitszeit: 20 Std. wöchentlich, bis zu 40 Teilnehmerplätze
Dauer: 6 Monate individuelle Regelverweildauer
Beginn: Laufender Einstieg, jeweils dienstags um 10:00 Uhr.

PROJEKT: Aktivierung und Tagesstruktur für Personen mit multiplen Hemmnissen (AkTa)

Ansprechpartner
Dieter Ahrens
Telefon 0531 2412 257

Die Arbeitsgelegenheiten werden im Holz-, Metall- und Kreativbereich angeboten.

- Montage von diversen Arbeitsmaterialien wie z.B. Holzböcke, Werkzeugkisten und Regale
- Herstellung von Bilderrahmen, Holzspielzeug, Geschicklichkeitsspielen, Herstellung von kleineren Möbeln
- Montage und Demontage von Fahrrädern, einfache Reparaturen wie z.B. Schläuche kleben, Kette tauschen, bis zu schwierigeren Tätigkeiten wie z.B. Felgen zentrieren und kleinere Schweißarbeiten
- Herstellung von Stahlregalen, verschiedenster Gegenstände aus Altmetall etc..
- Handarbeiten unterschiedlichster Art, Herstellung von Bildern mit verschiedenen Techniken, Seidenmalerei, Kerzenziehen, Lampenbau, Bemalung der hergestellten Möbel, Entwicklung und Umsetzung eigener Ideen im Kreativ- und Nähbereich.

Die in den einzelnen Bereichen angebotenen Tätigkeiten sind nicht abschließend, sondern sollen sich auch an den Interessen, Fähig- und Fertigkeiten der einzelnen Teilnehmer orientieren und ausrichten.

Teilnahmevoraussetzungen: individuelle Zuweisung vom Jobcenter
Arbeitszeit: max. 20 Stunden pro Woche, 40 Teilnehmerplätze
Beginn: Laufender Einstieg, jeweils dienstags um 10:00 Uhr

PROJEKT: Hauswirtschaftliche Grundversorgung für Personen mit multiplen Hemmnissen (HWG)

Ansprechpartnerin
Silke Ehms
Telefon 0531 2412 456

Die Tätigkeiten können alle Bereiche aus den Bereichen Gastronomie und Hauswirtschaft enthalten. Im Einzelnen zu nennen sind dabei:

- Zubereitung von Speisen und Getränken
- Anrichten, Garnieren und Dekorieren
- Reinigung von Geschirr, Arbeitsgeräten und Räumen
- Wäschepflege
- Lebensmittelhygiene
- Umgang mit Kunden
- Kassieren und Kassenbuch führen
- Servieren
- Waren- und Inventarlisten zusammenstellen
- Warenbestellung und -einkauf

Teilnahmevoraussetzungen: individuelle Zuweisung vom Jobcenter
Arbeitszeit: bis zu 30 Stunden pro Woche, 35 Teilnehmerplätze
Beginn: Laufender Einstieg, jeweils dienstags um 10:00 Uhr

Schulbistros und -cafeterien in Braunschweig (Schubica)

Programmbereichsleiterin
Martina Rickhoff
Telefon 0531 2412 372

In Kooperation mit Braunschweiger Schulen werden Beschäftigung und Grundqualifizierung in den Bereichen Großküche, Verkauf, Lagerhaltung, Kassenführung, Buchführung, Fahr- und Lieferdienste und Haustechnik geboten.

Akademie Alte Waage

Akademie für Management, Kommunikation und Persönlichkeit

1. Halbjahr 2014

Akademie Alte Waage	Seite 85
Personal- und Organisationsentwicklung	Seite 85
Kommunikation	Seite 86
Soziale/pädagogische/psychologische Fortbildungen	Seite 88
Bildungsberatung und Kompetenzentwicklung	Seite 90
KiTa-Werkstatt	Seite 93
Fortbildung für KiTa-Mitarbeiter/-innen	Seite 93
Weiterbildung mit IHK-Abschluss	Seite 93
Online-Seminare zur Vorbereitung auf IHK-Abschlüsse	Seite 94
Energie und Klimaschutz	Seite 95
Fortbildung für Kursleiter/-innen	Seite 96
Mediationsbüro	Seite 96
vhs consult	Seite 97
BürgerKolleg Braunschweig: Fortbildung im Ehrenamt	Seite 98

Volkshochschule Braunschweig GmbH
Akademie Alte Waage

Alte Waage 15
38100 Braunschweig
www.akademie-alte-waage.de
akademie.alte-waage@vhs-braunschweig.de

Dietmar Giebel
Programmbereichsleiter

Kirsten Martin
Sachbearbeiterin

Melanie John
Sachbearbeiterin

Fachberatung: Dietmar Giebel, Tel. 2412-205
Sachbearbeitung: Kirsten Martin, Tel. 2412-204, Melanie John, Tel. 2412-214

vhs

Information: 0531 2412-0

Akademie Alte Waage

Akademie für Management, Kommunikation und Persönlichkeit

Die Seminare der „Akademie Alte Waage“ stehen allen Interessierten offen.

Unsere Schwerpunkte:

- Personal- und Organisationsentwicklung
- Kommunikation
- Soziale/pädagogische/ psychologische Fortbildungen
- Weiterbildung mit IHK-Abschluss
- Seminare für Firmen und Betriebe
- Mediation

Seminare für Betriebe und Institutionen

Nach Ihren individuellen Erfordernissen entwickeln wir für Ihren Bereich zugeschnittene Seminarkonzeptionen bzw. stellen Ihnen nach dem Bausteinsystem Seminareinheiten gezielt zusammen. Gern sind wir auch bereit, Sie bei Ihrer persönlichen Qualifizierungsgestaltung individuell zu beraten.

Für Ihr Unternehmen:

- bieten wir Ihnen maßgeschneiderte Bildungskonzepte
- unterstützen und beraten wir Sie bei der Entwicklung von Qualifikationsstrategien
- finden Sie in uns kompetente Gesprächspartner in Fragen der Personal- und Organisationsentwicklung

Akademie Alte Waage
Alte Waage 15
38100 Braunschweig

Telefon 0531 2412-0
Telefax 0531 2412-221
akademie.alte-waage@vhs-braunschweig.de

Bitte sprechen Sie mit uns:
Dietmar Giebel Telefon 2412-205
Kirsten Martin Telefon 2412-204
Melanie John Telefon 2412-214

Personal- und Organisationsentwicklung

Assessment Center Training -

Erfolgreich durch effiziente Vorbereitung

Bei Personalverantwortlichen sind sie beliebt: die Assessment-Center. Gleich eine ganze Reihe an Bewerbern steht sich gegenüber und soll jetzt zeigen, was man so kann. Keine leichte Aufgabe - für alle Beteiligten. Doch man kann und soll sich vorbereiten. Wege zu zeigen, wie man die Hürde Assessment Center erfolgreich meistern kann, ist Ziel dieses Seminars. Sie sollen Sicherheit bei der Bewältigung der unterschiedlichen AC-Übungen gewinnen. Um die Anforderungen und Erwartungen an den Assessment-Center-Teilnehmer/-in in Bezug auf Denk-, Kommunikations- und Verhaltensmuster besser einschätzen zu können, erproben Sie sich in verschiedenen Übungen mit Feedback. Als Teilnehmer/in erhalten Sie professionelle und individuelle Hilfestellung bei der Reflexion, Veränderung und Optimierung eigener Verhaltensmuster und werden kompetent darin unterstützt, vorhandene individuelle Hemmschwellen abzubauen. Dieses Training bietet Ihnen spezifische Lösungen, um positiv im Assessment-Center aufzufallen. Sie erhalten Impulse sowie konkrete Anregungen, um Ihrer Persönlichkeit entsprechend Verhaltens- und Kommunikationsmuster zu modifizieren.

Teilnehmerzahl: 10 bis 16 Personen

Inhalte:

- Assessment Center als Personalauswahlverfahren: Hintergründe, Bedeutung, effektive Vorbereitung
- Relevante Übungseinheiten im AC: Selbstpräsentation, Gruppendiskussionen, Rollenspiele, Stressinterview, Fallstudie
- Erwartungs- und Anforderungskatalog der unterschiedlichen AC-Übung(en)
- Tipps zum erfolgreichen Bestehen von AC-Übungen
- Analyse/ Feedback: Selbstbild - Fremdbild
- Reflexion und Feedback über Kommunikationsverhalten, Körpersprache, persönlicher Auftritt, Kleiderfrage
- Die Rolle der Beobachter und die Rolle des/der Moderators/in
- Selbsteinschätzung: Darauf kommt es an
- Lösungsansätze zur persönlichen Weiterentwicklung, Überwindung von Hemmschwellen
- Trainer-Input: Methodenwissen zur Optimierung der Präsentation und Moderation

EPA02 Iris Kadenbach, Kirsten Kadenbach
Sa 17. - So 18. Mai 2014
Sa, 09.00–18.00 Uhr
So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 197,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Internationale Filme

Amour / Liebe
von M. Haneke, Frankreich 2012

Originalversion mit Untertiteln
So, 25. Januar 2014, 17.00 Uhr
7 €
Universum-Kino
BDIL04 *Anmeldung erforderlich*

A touch of Sin / Tian Zhu Ding
von Jia Zhang, China 2013

Originalversion mit Untertiteln
So, 23. Februar 2014, 17.00 Uhr
7 €
Universum-Kino
BEIL05 *Anmeldung erforderlich*

In Darkness/In der Finsterniss
von A. Holland, Polen 2011

Originalversion mit Untertiteln
So, 23. März 2014, 17.00 Uhr
7 €
Universum-Kino
BEIL06 *Anmeldung erforderlich*

Eine Kooperation der Volkshochschule mit dem UNIVERSUM Filmtheater

Manager of Communication (MoC) –
Qualifizierung in Rhetorik und Kommunikation

Sprache ist...das mächtige Antriebsrad, mit dem wir unsere Verhaltensformen und Arbeitsrhythmen einander anpassen. Die Sprachkultur einer Arbeitsgruppe ist eine ernste Führungsanforderung. Wer die Macht der Sprache kennt, hat ein ausgefeiltes Führungsinstrument erkannt. Wer überdies mit Sprache so umgeht, dass sie zu seinem Handeln und seinem Umfeld passt, besitzt Kommunikationsfähigkeit und übernimmt eine Vorbildfunktion. Kommunikationsfähigkeit ist ein Bestandteil der sozial-kommunikativen Kompetenz und beeinflusst das soziale Miteinander.

Manager of Communication

Die Seminarreihe
Manager of Communication (MoC)
besteht aus 7 Bausteinen:

- **Rhetorik und Dialektik – Kommunikation im Beruf**
- **Erfolgreich verhandeln nach dem Harvard Konzept**
- **Erfolgreich kommunizieren und gekonnt kontern**
- **Präsentation und Moderation**
- **Führen mit Zielen: Zielvereinbarungen und Mitarbeitergespräche**
- **Führungsverhalten und Führungstechniken**
- **Auswertung, Selbstpräsentation**

Ziele im Überblick:
Angewandte Rhetorik; überzeugende Selbstdarstellung; Leiten von Gesprächen und Besprechungen; überzeugende Argumentation; Verbesserung der eigenen kommunikativen Kompetenz; Erlernen professioneller Techniken der kommunikativen Problem- und Konfliktlösung; Anwendung von kommunikationsfördernden Maßnahmen; Lernen, anderen kommunikative Kompetenz zu vermitteln; Kundenbindung durch bewussten Einsatz von Sprache.

Teilnehmerkreis:

Die Ausbildung zum Manager of Communication richtet sich insbesondere an Teamleiter, Führungsnachwuchskräfte, Führungskräfte und Personalverantwortliche. Darüber hinaus aber auch an alle, die ihre unternehmensinterne und -externe Kommunikation verbessern möchten.

Teilnahmebescheinigung:

Sie haben die Möglichkeit das Zertifikat „Manager of Communication (MoC) – Qualifizierung in Rhetorik und Kommunikation" zu erwerben, wenn Sie an allen 7 Veranstaltungen der Volkshochschule Braunschweig regelmäßig teilgenommen haben. Wir weisen jedoch darauf hin, dass ein Seminar nur durchgeführt werden kann, wenn die jeweils genannte Mindestteilnehmerzahl erreicht wird.

Kommunikation

Rhetorik und Dialektik - Kommunikation im Beruf (MoC)
Wochenendseminar

Im Beruf erfolgreicher mit Kollegen/-innen, Mitarbeitern/-innen und Vorgesetzten umgehen kann jeder. Voraussetzung dafür sind jedoch die richtigen Kommunikationsstrategien. Der Weg dorthin führt von der Verbesserung der kommunikativen Kompetenz bis zum Erlernen professioneller Techniken der kommunikativen Problem- und Konfliktlösung. Durch das Verstehen von Kommunikationstheorien und -modellen kann das eigene kommunikative Handeln selbstgesteuert verändert werden. Das Seminar steht allen Interessierten offen. Es ist zugleich ein Baustein für die Qualifizierung „Manager of Communication" (MoC).

Teilnehmerzahl: 6 bis 14 Personen.

EPB06 Hans David
Sa 15. - So 16. Februar 2014
Sa, 09.00–18.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 189,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.05

FPB07 Hans David
Sa 25. - So 26. Oktober 2014
Sa, 09.00–18.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 189,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.05

Erfolgreich Verhandeln nach dem Harvard Konzept (MoC)
Wochenendseminar

Verhandeln ist ein ständiger Prozess im Beruf wie im Privatleben. Ungeschicktes und ungeübtes Verhandeln schafft ungeplante Ergebnisse. Sie kommen nicht voran und Positionen scheinen unüberwindlich. Durch geschicktes Explorieren, richtiges Fragen, genaues Zuhören und Beobachten erfahren die Teilnehmer/-innen Strategien, Taktiken und Methoden, ein Problem aus der Sicht des Verhandlungspartners zu lösen - zu beiderseitigem Nutzen, ohne Positionskämpfe, ohne Gesichtsverlust, dafür effizient und erfolgreich. Im Einzelnen versetzt dieses Seminar die Teilnehmer/-innen in die Lage, ihre Verhandlungspartner richtig einzuschätzen, unfaire Verhandlungsstrategien zu erkennen, sich gegen diese Strategien zu schützen, die Verhandlung unter dem Aspekt von „Win-Win" zu beiderseitigem Nutzen zu untersuchen, Verhandlungsstrategien zu entwickeln, persönliche Verhandlungsstile und die des Partners zu erkennen und einzuschätzen, Schlagfertigkeit zu entwickeln, mit Killerphrasen gekonnt umzugehen. Das Seminar steht allen Interessierten offen. Es ist zugleich ein Baustein für die Qualifizierung „Manager of Communication" (MoC).

Teilnehmerzahl: 6 bis 14 Personen.

EPB08 Hans David
Sa 26. - So 27. April 2014
Sa, 09.00–18.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 189,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.04

FPB09 Hans David
Sa 22. - So 23. November 2014
Sa, 09.00–18.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 189,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Erfolgreich kommunizieren und gekonnt kontern (MoC)

Wochenendseminar

Bestimmt kennen Sie die Situation: Sie werden mit Worten angegriffen und haben keine schlagfertige Antwort parat - erst zu Hause fällt Ihnen eine treffende Erwiderung ein. Sie werden von oben herab behandelt und wünschen sich, nicht stumm davonzugehen. Stimmige Reaktionen sind abhängig vom Wechselspiel des Denkens, Atmens, Sprechens, Assoziierens, von stilistischen Darstellungsformen und Bildern. Voraussetzung für gekonntes Kontern ist das Verständnis dieser Zusammenhänge. Schlagfertigkeit ist erlernbar, trainierbar. Dabei ist es wichtig, in den kritischen Situationen entspannt und angstfrei zu bleiben. Das Seminar steht allen Interessierten offen. Es ist zugleich ein Baustein für die Qualifizierung „Manager of Communication" (MoC). Inhalte: Argumentationsmodelle, Atemschulung, Entspannungstechniken, Denkpsychologische Zusammenhänge, Assoziationstechniken, Abwehrmethoden gegen unlautere Behauptungen und Killerphrasen.

Teilnehmerzahl: 6 bis 14 Personen.

EPB10 Hans David
Sa 08. - So 09. März 2014
Sa, 09.00–18.00 Uhr
So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 189,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.04

FPB11 Hans David
Sa 04. - So 05. Oktober 2014
Sa, 09.00–18.00 Uhr
So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 189,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.04

Präsentation und Moderation (MoC)

Wochenendseminar

Jeder hat es schon einmal erlebt: Eine schlechte Präsentation verdirbt selbst einem guten Inhalt die Wirkung. Oft wird uns selbst nicht bewusst, warum die Präsentation nicht richtig angekommen ist. Der Vortragende braucht, um Wirkung zu erzeugen, ein sicheres Auftreten, überzeugende Argumente und eine ansprechende Visualisierung. Darüber hinaus werden in diesem Seminar Methoden der Moderation theoretisch vorgestellt und praktisch umgesetzt. Das Seminar steht allen Interessierten offen. Es ist zugleich ein Baustein für die Qualifizierung „Manager of Communication" (MoC).

Teilnehmerzahl: 6 bis 14 Personen.

EPB12 Hans David
Sa 29. - So 30. März 2014
Sa, 09.00–18.00 Uhr
So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 189,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.03

FPB13 Hans David
Sa 15. - So 16. November 2014
Sa, 09.00–18.00 Uhr
So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 189,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.03

Führen mit Zielen: Zielvereinbarung und Mitarbeitergespräche (MoC)

Wochenendseminar

Gespräche mit Mitarbeitern sind wichtige Führungssituationen: Führungskräfte können die Qualität dieser Gespräche entscheidend beeinflussen. Ausgestattet mit dem richtigen Handwerkszeug können sie ihr Gesprächsverhalten optimieren. Sie müssen Gespräche motivierend und ergebnisorientiert führen können und in der Lage sein, mit Mitarbeitern anspruchsvolle, aber realistische Ziele zu vereinbaren. Das Seminar steht allen Interessierten offen. Es ist zugleich ein Baustein für die Qualifizierung „Manager of Communication" (MoC).

Teilnehmerzahl: 6 bis 14 Personen.

EPB14 Hans David
Sa 17. - So 18. Mai 2014
Sa, 09.00–18.00 Uhr
So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 189,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

FPB15 Hans David
Sa 06. - So 07. Dezember 2014
Sa, 09.00–18.00 Uhr
So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 189,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Kursleiter-Qualifikation

Alle unsere Lehrenden haben eine entsprechende Ausbildung und meist umfangreiche Erfahrung im Unterricht mit Erwachsenen. Um stets auf dem aktuellen Stand zu bleiben, bilden sie sich regelmäßig weiter.

Führungsverhalten und Führungstechniken (MoC)

Wochenendseminar

Durch das Verhalten der Führungskraft sollen Leistungen und Kreativität der Mitarbeiter gefördert werden, ein positives Betriebsklima geschaffen und Mitarbeiter an das Unternehmen gebunden werden. Die Teilnehmer lernen verschiedene wichtige Führungsmodelle kennen und sehen den Zusammenhang zu aktuellen Führungsinstrumenten. Sie erlernen diese Instrumente sinnvoll einzusetzen und erkennen Möglichkeiten und Grenzen dieser Mittel. Mit besonderem Augenmerk auf das „Kritikgespräch" werden wichtige Aspekte erfolgreicher Geschäftsführung gemeinsam analysiert und in Rollenspielen eingesetzt. Das Feedback gibt hier wertvolle Hinweise zum eigenen Verhalten. Das Seminar steht allen Interessierten offen. Es ist zugleich ein Baustein für die Qualifizierung „Manager of Communication" (MoC).

Teilnehmerzahl: 6 bis 14 Personen.

EPB16 Hans David
Sa 07. - So 08. Juni 2014
Sa, 09.00–18.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 189,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

FPB17 Hans David
Sa 10. - So 11. Januar 2015
Sa, 09.00–18.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 189,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Auswertung und Selbstpräsentation (MoC)

Wochenendseminar

In diesem Seminar werden die Inhalte der vorangegangenen Module sowohl theoretisch als auch praktisch reflektiert und ausgewertet. Die Prüfung besteht aus: Diskussionen, Dialogen, Konfliktsimulationen, Präsentationen und einem Prüfungsfragebogen. Die Grundlagen hierbei sind die praktischen Übungen, Trainingseinheiten sowie die theoretischen Inhalte der Seminarunterlagen aller vorangegangenen Module. Dieses Seminar stellt den Abschluss und somit den 7. Baustein der Seminarreihe „Manager of Communication" dar. Teilnehmen können nur Personen, die die vorangegangenen 6 Seminare in einem der letzten Semester erfolgreich abgeschlossen haben. Begrenzte Teilnehmer/-innenzahl: 10 - 14 Personen.

FPB19 Hans David, Theresia Fehrenbacher, Sascha Rosenthal, Dominik Schwarz
Fr 23. - So 25. Januar 2015, Fr, 15.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–18.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
3 Termine, 25 Unterrichtsstunden, 245,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Mediation & Konfliktmanagement

Berufsbegleitende Ausbildung von Prof. Dr. Ansgar Marx und Team

Ziel & Hintergrund

Mit dem Mediationsgesetz von 2012 werden erstmals Standards für den „Zertifizierten Mediator" eingeführt. Inhalte und Umfang (120 Zeitstunden) sind nun umrissen. Damit entsteht ein neues, geschütztes Berufsbild.

Die vom iko Institut für Konfliktlösungen und der Akademie Alte Waage angebotene Ausbildung orientiert sich an diesen neuen Qualifikationsstandards. Sie bereitet auf die Zertifizierung als Mediator vor. Beide Institutionen haben mehr als 10jährige Erfahrung in der Ausbildung von Mediatoren.

Inhaltliche Schwerpunkte der Ausbildung liegen auf den Bereichen Arbeits-, Familien- sowie Sozial-Mediation.

Zur Mediationsmethode

Mediation ist eine universelle Methode, um Konflikte konstruktiv zu lösen. Ein neutraler Dritter (Mediator/-in) hilft den Streitparteien, gescheiterte Verhandlungen wieder aufzunehmen und sich zu einigen. Es geht um einen Ausgleich der Interessen. Vermieden wird, dass sich eine Partei auf Kosten der anderen durchsetzt. In den meisten Fällen wird eine funktionierende Zusammenarbeit am Arbeitsplatz wieder ermöglicht, Geschäftsbeziehungen werden erhalten oder familiäre Verhältnisse geregelt.

Zielgruppe & Nutzen

Die Ausbildung wendet sich an Berufstätige sowie an Studierende, die die Mediationsmethode erlernen und sich im Bereich Konfliktmanagement weiterqualifizieren wollen. Die Teilnehmer/-innen erhalten das notwendige Handwerkszeug, um Auseinandersetzungen und gravierende Konflikte zielorientiert zu lösen. Das können Konflikte am Arbeitsplatz, mit und zwischen Klienten, in der Familie, im Alltag oder im beruflichen Umfeld sein. Gleichzeitig werden Sie ihr eigenes Konfliktverhalten bewusster und effektiver gestalten. Die Ausbildung befähigt Sie, die Qualifizierung zum Mediator beruflich zu nutzen.

Inhalte der Ausbildung

- Merkmale, Prinzipien und Grenzen der Mediation
- Rolle und Haltung der Mediatorin / des Mediators
- Konfliktsituationen und eigenes Konfliktverhalten
- Konflikttheorie und Konfliktlösungskompetenz
- Analyse der Konfliktsphären („conflict map" nach Gamber)
- Die Phasen des Mediationsverlaufs
- Integratives Verhandeln (Harvard-Konzept nach Fisher, Ury, Patton)
- Kommunikations-, Frage- und Verhandlungstechniken
- Lösungsorientierte Kommunikation
- Rechtsfragen der Mediation
- Einsatzgebiete der Mediationsmethode

Die Themen werden praxisnah durch Fallsimulationen und Rollenspiele, daneben durch Kurzvorträge, DVD-Präsentationen sowie in Kleingruppenarbeit vermittelt. Die Teilnehmer/-innen erhalten umfangreiches Kursmaterial.

Trainer

Prof. Dr. Ansgar Marx
Professor für Familienrecht und Mediation an der Ostfalia Hochschule, Wirtschaftsmediator und Lehrtrainer BMWA, Familien-Mediator BAFM, Mediations-Supervisor, (Ausbildungsleitung)

Katrine Hörsting
Juristin, Familien-Mediatorin, Verwaltungsprofessorin für Recht an der Ostfalia Hochschule, Leiterin des Projektes „Mediation und Konfliktmanagement"

Martina Malak Dipl. Sozialpädagogin, Mediatorin BAFM, Inhaberin der Mediationsstelle am Jugendamt Salzgitter

Prof. Dr. Frank Eger
Diplom-Pädagoge, Systemischer Coach (SG), Professor für Kinder- und Jugendhilfe an der Ostfalia Hochschule, (Lösungsorientierte Kommunikation)

Cordula Ebeling
Mediatorin, Wirtschaftsmediatorin und Rechtsanwältin, Vorsitzende der Arbeitsgemeinschaft Mediation im Braunschweiger Anwaltsverein

in der Volkshochschule Braunschweig
Alte Waage 15, Dachgeschoss Speicher

Vorbereitung zum zertifizierten Mediator nach dem Mediationsgesetz – in Zusammenarbeit mit dem iko-Institut Wolfenbüttel

Modul I
Grundausbildung Mediation (48 Std.)

Dieser Basiskurs vermittelt grundlegende Mediations-, Kommunikations- und Verhandlungsmethoden und befähigt, Mediation im eigenen Berufsfeld anzuwenden.

Das Modul besteht aus vier Workshops/ Wochenenden.

1. Workshop: 28.02./01.03.2014
- Merkmale, Prinzipien und Grenzen der Mediation
- Überblick zum Phasenablauf der Mediation
- Funktion und Rolle des Mediators / der Mediatorin
- Analyse des eigenen Konfliktverhaltens

2. Workshop: 28./29.03.2014
- Gesprächsführung
- Grundlegende Kommunikations- und Fragetechniken
- Aktives Zuhören, Paraphrasieren, Reframing
- Erste Phasen der Mediation einüben

3. Workshop: 25./26.04.2014
- Grundlagen der Verhandlungstheorie
- Integratives Verhandeln (Harvard-Konzept)
- Positionen und Interessen
- Fortsetzung des Phasenablaufs einüben

4. Workshop: 09./10.05.2014
- Konfliktkompetenz und Haltung des Mediators (Basis)
- Sechs Arten der Konfliktregelung, Analyse der Konfliktsphären
- Recht der Mediation (Basis)
- Phasenablauf einüben und vertiefen

EPC07
Fr, 28.02. - Sa, 01. März 2014
Fr, 28. - Sa, 29. März 2014
Fr, 25. - Sa, 26. April 2014
Fr, 09. - Sa, 10. Mai 2014
Fr 14.00 - 19.30 Uhr
Sa 09.00 - 17.00 Uhr
8 Termine, 48 Zeitstunden, 780,00 €

Modul II
Praxiskurs Konfliktlösungskompetenz (36 Std.)

Dieser Kurs vertieft Ihre praktischen Mediationsfähigkeiten und erweitert Ihre Konfliktlösungskompetenz. Eigene Fälle werden supervidiert.

Das Modul besteht aus drei Workshops/ Wochenenden.

1. Workshop: 23./24.05.2014
- Persönliche Kompetenz, Haltung und Rollenverständnis
- Selbstverständnis und innere Haltung des Mediators
- Allparteilichkeit, Neutralität und Fairness
- Vertiefung des Phasenablaufs der Mediation

2. Workshop: 20./21.06.2014
- Konfliktkompetenz (Vertiefung)
- Erkennen von Konfliktdynamiken und Intervention
- Verhandlungsführung und Management
- Gruppensupervision

3. Workshop: 18./19.07.2014
- Vertiefung von Kommunikations- und Arbeitstechniken
- Vertiefung Mediationsablauf
- Gruppensupervision
- Konfliktmanagementsysteme

EPC08
Fr, 23. - Sa, 24. Mai 2014
Fr, 20. - Sa, 21. Juni 2014
Fr, 18. - Sa, 19. Juli 2014
Fr 14.00 - 19.30 Uhr
Sa 09.00 - 17.00 Uhr
6 Termine, 36 Zeitstunden, 590,00 €

Modul III
Qualifikationskurs – Besondere Settings, Anwendungsfelder und Recht der Mediation (36 Std.)

Die Schwerpunkte dieses Kurses liegen auf dem Konzept der lösungsorientierten Kommunikation sowie dem Recht der Mediation. Sie entwickeln ein berufliches Umsetzungskonzept. Eigene Fälle werden supervidiert.

Das Modul besteht aus drei Workshops/ Wochenenden.

1. Workshop: 19./20.09.2014
- Besonderheiten unterschiedlicher Settings
- Einzelgespräche, Co-Mediation, Shuttle-Mediation
- Lösungsorientierte Kommunikation, Bewertung von Lösungen
- Umgang mit schwierigen Situationen

2. Workshop: 17./18.10.2014
- Rolle des Rechts in der Mediation
- Mediationsgesetz, Verschwiegenheit, Mediationsvertrag
- Rechtsdienstleistungsgesetz
- Vertrags-, arbeits- und familienrechtliche Besonderheiten

3. Workshop: 05./06.12.2014
- Anwendungsfelder der Mediation
- Entwicklung von beruflichen Umsetzungskonzepten
- Marketing
- Gruppensupervision

EPC09
Fr, 19. - Sa, 20. September 2014
Fr, 17. - Sa, 18. Oktober 2014
Fr, 05. - Sa, 06. Dezember 2014
Fr 14.00 - 19.30 Uhr
Sa 09.00 - 17.00 Uhr
6 Termine, 36 Zeitstunden, 590,00 €

Die Qualifizierung umfasst drei Module mit insgesamt 120 Zeitstunden. Jedes Modul kann einzeln gebucht werden. Ratenzahlung ist möglich. Ermäßigung für Studierende.

INFO und ANMELDUNG
iko Institut für Konfliktlösungen
Telefon 05331 935451
www.iko-info.de

Abschluss-Colloquium (2 Std.)

Darüber hinaus wird ein Abschluss-Colloquium angeboten. Der/die Kandidat/-in stellt zwei eigene, supervidierte Fälle vor, die eingehend erörtert werden. Die Termine werden individuell abgestimmt.

Bildungsberatung & Kompetenzentwicklung

Regionales Qualifizierungszentrum Braunschweig

Praxisbegleitende Weiterbildung für in der Beratung Tätige

2014 2015

Zum Thema

Die aktuellen, umfassenden Veränderungen der Lebensverhältnisse, der Wirtschaft und des Arbeitsmarktes verlangen von den Menschen, ihr Wissen und ihre Qualifikationen kontinuierlich anzupassen.

Dies erfordert Lebenslanges Lernen und dementsprechende Angebote. Damit erhöht sich aber auch die Nachfrage nach kompetenter Information und Beratung, um den eigenen Bildungs-, Entwicklungs- und Lernprozess zu gestalten. Gleichzeitig wachsen die Anforderungen an die Beraterinnen und Berater.

Ziele und Zielgruppen

Das Ziel der praxisbezogenen Weiterbildung besteht darin, dass Personen mit Beratungsaufgaben handlungsbezogene Fähigkeiten und spezielles Wissen gewinnen und verstärken. Auf diese Weise leistet die Qualifizierung einen Beitrag zur Professionalisierung der Beraterinnen und Berater. Ein besonderes Augenmerk wird dabei auch auf die Vernetzung der Beratungstätigkeit mit anderen Tätigkeiten und Institutionen zur Unterstützung des Lebenslangen Lernens gelegt.

Die praxisbezogene Weiterbildung richtet sich an Personen, die Beratungsaufgaben in verschiedenen Feldern der Bildungsberatung (Lern-, Aus- und Weiterbildungsberatung, Kompetenzentwicklungsberatung usw.) wahrnehmen.

Volkshochschule Braunschweig,
Alte Waage 15, Heydenstraße 2

Block 1
27.02. - 01.03.2014

Gestaltung des Beratungsprozesses I:

- Reflexion des eigenen Handlungsfeldes
- Grundhaltungen und Selbstverständnis
- Beratungskonzepte und -formen
- Kommunikation und Gesprächsführung
- Steuerung und Ablauf des Beratungsprozesses

Block 2
27.03. - 29.03.2014

Gestaltung des Beratungsprozesses II:

- Beratungstechnik und -methodik
- Evaluation
- Praxisreflexion

Block 3
12. - 14.06.2014

Rahmenbedingungen professioneller Beratung

- Vernetzung und Schnittstellenmanagement
- Rechtliche Grundlagen im Beratungskontext (Fördermöglichkeiten und einschlägige Gesetze)
- Rahmenbedingungen im Arbeitsmarkt und im Bildungswesen

Block 4
25. - 27.09.2014

Lebenslanges Lernen:

Herausforderungen und Themenfelder

- Lernen im Lebenslauf: kritische Lebensereignisse
- Ressourcenorientierte Beratung
- Entwicklungspsychologische Aspekte im Kontext von Bildungsberatung

Block 5
06. - 08.11.2014

Kompetenzerfahrung und -messung

- Überblick über Konzepte, Bereiche und Instrumente
- Methode der Kompetenzbilanzierung
- Kompetenzbilanz am Beispiel ausgewählter Tätigkeitsfelder
- Arbeiten mit dem ProfilPASS

Block 6
voraussichtl. Prüfungstermin Ende Januar/Anfang Februar 2015

Abschlusskolloquium

Abschluss / Prüfungsleistungen für ein Zertifikat

Die Weiterbildung versteht sich als offenes Weiterbildungsangebot für das eine Teilnahmebescheinigung ausgestellt wird. Es besteht zusätzlich die Möglichkeit eines zertifizierten Abschlusses. Hierfür sind folgende Leistungen zu erbringen:

- Teilnahme an allen Modulen
- Dokumentation zur Beratungspraxis
- Anfertigung einer praxisorientierten Abschlussarbeit (Umfang ca. 15 Seiten)
- Abschlusskolloquium

Die Qualifizierung umfasst fünf Module mit insgesamt 120 Unterrichtseinheiten (24 UEs/Block; 1 UE: 45 Minuten).

Die Zeit zwischen den Präsenzphasen wird genutzt für Selbstlernanteile, die praktische Erprobung des Erarbeiteten und für Praxiserfahrungen, die in den Modulen verarbeitet werden.

Die Abschlussveranstaltung dient dem Erwerb eines Zertifikats (kollegiales Kolloquium).

Zeiten:
Donnerstag: 09:00–18:00 Uhr
Freitag: 09:00–18:00 Uhr
Samstag: 09:00 –12:45 Uhr

Basisqualifikation Blöcke 1 - 3
9 Termine, 72 Unterrichtsstunden, 990,- €

Basisqualifikation Blöcke 4 - 5
6 Termine, 48 Unterrichtsstunden, 660,- €

Block 6
Abschlusskolloquium zu den Blöcken 1-5
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 230,- €

Volkshochschule Braunschweig,
Alte Waage 15, Heydenstraße 2

Fachberatung: Dietmar Giebel, Tel. 2412-205
Sachbearbeitung: Kirsten Martin, Tel. 2412-204, Melanie John, Tel. 2412-214

Soziale/pädagogische/psychologische Fortbildungen

Vertiefungs- und Supervisionsseminar für Mediatoren/-innen

- Vorankündigung für Herbst 2014

In diesem Seminar können Sie ihre in einer vorangegangenen Mediations-Ausbildung erworbenen Kompetenzen auffrischen und aktuelle Entwicklungen im weiten Feld der Mediation kennenlernen. Neue und bewährte Methoden werden konkret an praktischen Mediationsfällen geübt und vermittelt - gerne auch aus dem Kreis der Teilnehmer/-innen, die diese Gelegenheit zur Supervision nutzen können. Ein lebendiger und lustvoller Lernprozess erwartet Mediator/-innen, die sich miteinander weiterentwickeln möchten. Nach dem neuen Mediationsgesetz sind Mediator/-innen zu regelmäßiger Fortbildung verpflichtet. Dieses Seminar ermöglicht eine entsprechende Qualitätssicherung für Mediator/-innen.

Teilnehmerzahl: 8 bis 14 Personen

EPC10 Luitgard Mager-Prenner
Do, 11. September 2014, 18.30–20.45 Uhr
Mi, 15. Oktober 2014, 18.30–20.45 Uhr
Mi, 12. November 2014, 18.30–20.45 Uhr
Mi, 10. Dezember 2014, 18.30–20.45 Uhr
Mi, 14. Januar 2015, 18.30–20.45 Uhr
Mi, 11. Februar 2015, 18.30–20.45 Uhr
6 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 179,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

Supervisions-Tage für Mediatoren/-innen

Inhaltlich entspricht dieses Seminar dem „Vertiefungs- und Supervisionsseminar für Mediatoren/-innen". Sie haben hier die Möglichkeit, die für alle Mediatoren/-innen verpflichtende Qualitätssicherung durch Supervision in kompakter Form (2 Tage) zu erfüllen. Das Angebot richtet sich an Mediatoren/-innen aus allen Anwendungsbereichen.

Teilnehmerzahl: 8 bis 14 Personen

EPC11 Luitgard Mager-Prenner
Fr, 20. Juni 2014, 14.00–19.00 Uhr
Fr, 11. Juli 2014, 14.00–19.00 Uhr
2 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 120,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

Kursleiter-Qualifikation

Alle unsere Lehrenden haben eine entsprechende Ausbildung und meist umfangreiche Erfahrung im Unterricht mit Erwachsenen. Um stets auf dem aktuellen Stand zu bleiben, bilden sie sich regelmäßig weiter.

Informationsabend Systemische/-r Familienberater/-in (VHS)

An diesem Abend informieren Sie die Lehrgangsleiterin Frau Schulze-Bremer ausführlich über den Lehrgang. Der Besuch des Informationsabends ist kostenfrei. Eine Anmeldung zum Info-Abend ist erforderlich (Tel. 0531 2412-0).

FPC12 Sigrid Schulze-Bremer
Mo, 19.00–20.30 Uhr am 22. September 2014
1 Termin, 2 Unterrichtsstunden, entgeltfrei
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

Systemische/-r Familienberater/-in (VHS)

Vorankündigung für Herbst 2014

Menschen, die mit Menschen arbeiten, bringen in der Regel eine hohe Motivation mit, ihr Wissen, ihr Können und ihre Kräfte in den beruflichen Alltag einzubringen. Oft gehen sie dabei bis an ihre persönliche Leistungsgrenze heran und fühlen sich bald ausgebrannt. Gerade die Arbeit mit Familien „weckt" alte Erfahrungen mit dem eigenen Herkunftssystem und beeinflusst das berufliche Handeln. Daher ist diese Fortbildung persönlichkeitsorientiert und fördert eine selbstreflexive Sicht der Arbeit ebenso wie die Professionalisierung im Umgang mit (Teil-)Familien und beteiligten Organisationen. Das Curriculum zielt ausdrücklich nicht auf eine Therapieausbildung, sondern ist zu verstehen als eine Unterstützung im beruflichen Handeln und eine Stärkung der Beratungskompetenz. Weitere Angaben und Termine entnehmen Sie bitte dem Flyer (siehe Internet oder auf Wunsch per Post).

Teilnehmerzahl: 14 bis 16 Personen.

FPC13 Ernst Schulze-Bremer,
Sigrid Schulze-Bremer
Beginn: Fr, 14.- So, 16. November 2014
Fr 16.00–21.15 Uhr
Sa 09.00–18.15 Uhr, So 09.00–16.00 Uhr
Fünf Wochenenden und eine
Bildungsurlaubswoche
Mo - Fr von 09.00–16.30 Uhr
21 Termine, 170 Unterrichtsstunden, 1431,- €
Prüfungsgebühr Landesverband:z
zgl. ca. 70,00 €
Prüfungstermin: Montag: 30.11.2015
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.12

Belastungen in der Systemischen Familienberatung

Berufsbegleitende Fortbildung für Menschen, die im Feld der Familienberatung tätig sind und eine Grund-Qualifizierung in Familienberatung absolviert haben.

Der Aufbaulehrgang vermittelt ein systemisches und körperorientiertes Verständnis für Schocktraumata und Entwicklungstraumata in Familien. Die Teilnehmer/-innen verfeinern ihre Wahrnehmung für Belastungen in Familien. Sie erlernen einfühlsame Methoden zur Stärkung von Ressourcen und Verbesserung der Selbststeuerung. An Hand eigener Erfahrungen wird die Einfühlung in die verschiedenen Themen vertieft. Weitere Angaben und Termine entnehmen Sie bitte dem Flyer (siehe Internet oder auf Wunsch per Post).

Teilnehmerzahl: 14 bis 16 Personen.

EPC14 Ernst Schulze-Bremer,
Sigrid Schulze-Bremer
Fr, 14. - So 16. März 2014, Fr 16.00–21.00 Uhr
Sa 09.00–17.30 Uhr, So 09.00–13.00 Uhr
12 Termine, 80 Unterrichtsstunden, 792,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.08

Umgang mit „frühen Störungen" in der Systemischen Familienberatung

In diesem Aufbauseminar zum Lehrgang „Systemische/r Familienberater/-in (VHS)" geht es um das Erkennen von und den Umgang mit frühen Entwicklungsstörungen, z. B. Borderline, Abhängigkeitsstruktur, Narzissmus in der sozialpädagogischen Arbeit mit Familien, Kindern und Jugendlichen. Dabei werden Methoden Systemischen Arbeitens vertieft und die Selbstfürsorge der Berater/in gestärkt.

Teilnehmerzahl: 14 bis 16 Personen.

EPC15 Sigrid Schulze-Bremer
Fr, 04. - So 06. Juli 2014, Fr 16.00–21.15 Uhr
Sa 09.00–18.15 Uhr, So 09.00–16.00 Uhr
3 Termine, 25 Unterrichtsstunden, 198,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.12

Bildung auf Bestellung

Wir bieten Ihnen maßgeschneiderte Kurse für Ihre Belange, stellen qualifizierte Dozenten und Räume, sorgen für Medien und Unterrichtsmaterial.

Ob es sich dabei um Seminare aus dem „normalen" Kursprogramm der VHS handelt oder um eigene Ideen und Wünsche – sofern Sie über eine Gruppe interessierter Teilnehmer/-innen verfügen, lässt sich vieles organisieren:

Wenden Sie sich an die Volkshochschule Braunschweig.
Denn in Fragen der Weiterbildung sind Sie hier an der richtigen Adresse:
Telefon 0531 2412-0.

Infoabend Heilpraktiker/-in für Psychotherapie

An diesem Abend informiert Sie der Lehrgangsleiter Thomas Wiebke ausführlich über den Lehrgang. Der Besuch des Info-Abends ist kostenfrei.

Eine Anmeldung zum Info-Abend ist erforderlich (Tel. 0531 2412-0).

EPC21 Thomas Wiebke
Di, 19.00–21.30 Uhr am 25. Februar 2014
1 Termin, 3 Unterrichtsstunden, entgeltfrei
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

Heilpraktiker/-in für Psychotherapie

Vorbereitungskurs auf die amtsärztliche Überprüfung

In vielen sozialen und beratenden Berufen kommt man immer wieder auch in Kontakt mit Menschen, die an zum Teil gravierenden psychischen Störungen leiden. Hier ergeben sich oft verschiedene Probleme. Zum einen sind viele Berater nicht hinreichend ausgebildet, um solche Störungen in ihrem vollen Umfang sicher zu erkennen und entsprechende Maßnahmen in die Wege zu leiten, zum anderen sind oftmals die Grenzen zwischen rein beratender und therapeutischer Tätigkeit fließend, woraus sich aber oft rechtliche Probleme ergeben können, da therapeutisches Arbeiten erlaubnispflichtig ist; d.h. es dürfen nur Ärzte, psychologische Psychotherapeuten und Heilpraktiker therapeutisch tätig werden.

Diese fachliche und rechtliche Lücke zu schließen ist eines der Ziele dieses Lehrgangs, der die Teilnehmer/-innen auf die Überprüfung zum/zur Heilpraktiker/-in für Psychotherapie vorbereitet, mit deren Bestehen man die Erlaubnis erhält, selbständig und eigenverantwortlich psychotherapeutisch zu arbeiten. Das Berufsbild eines Heilpraktikers für Psychotherapie reicht von Anstellungen in verschiedenen Bereichen des Gesundheits- und Beratungssystems (z. B. Familien- oder Drogenberatung, Sterbebegleitung, Seelsorge, Telefonseelsorge, Ergotherapie, Physiotherapie etc.) bis hin zur Selbständigkeit in eigener Praxis.

Dieser Intensivkurs stellt einen wichtigen Teil der Ausbildung zum/-r Heilpraktiker/-in für Psychotherapie dar und vermittelt u. a. anhand von Vorträgen, Diskussionen, Fallbeispielen und Übungen das gesamte prüfungsrelevante Wissen. Der Unterricht findet in einer festen Gruppe von maximal 18 Teilnehmer/-innen statt und beruht auf einem didaktischen Konzept, welches zunächst eine allgemeine Einführung in die psychische Entwicklung des Menschen und die Grundbegriffe der Psychiatrie vermittelt. Darauf aufbauend werden die verschiedenen Störungsbilder vorgestellt. Durch diese klare Unterrichtsgliederung wird ein tiefes Verständnis der verschiedenen Störungen erarbeitet.

Der Lehrgang ist und ersetzt allerdings keine Therapieausbildung! Eine solche Ausbildung ist aber notwendig, um eigenständig und selbstverantwortlich Menschen mit psychischen Störungen zu behandeln. Bei der Wahl eines geeigneten Therapieverfahrens kann die Lehrgangsleitung beratend zur Seite stehen. Vorkenntnisse im pädagogischen bzw. psychosozialen Bereich sind hilfreich, wenngleich nicht zwingend erforderlich. Der Lehrgangsleiter, Thomas Wiebke, steht auch gern zur Beratung unter der Telefonnummer 0551 99736137 zur Verfügung.

Weitere Informationen: www.heilpraktikerausbildung-niedersachsen.de

EPC22 Thomas Wiebke
Fr, 17.30–20.45 Uhr
ab 14. März 2014
30 Termine, 120 Unterrichtsstunden, 1050,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.09

Trauerbegleitung - Fortbildung

Trauerbegleitung ist immer eine Begegnung mit Menschen, die sich in einer besonderen Lebenssituation befinden. Trauerbegleitung zielt darauf, den trauernden Menschen in dieser besonderen Lebenssituation zu begleiten, ihn im Umgang mit dem unbekannten Gefühl der Trauer zu unterstützen. Leider gehört Trauer in unserer Kultur noch zu einer unbekannten, nicht artikulierbaren Gefühlsregung. Dies soll durch kompetente Trauerbegleitung anders werden. Zielgruppe: Die Ausbildung richtet sich an Menschen, die beruflich oder ehrenamtlich Kranke, Sterbende oder Trauernde begleiten. Weitere Angaben entnehmen Sie bitte dem Flyer (siehe Internet oder auf Wunsch per Post).

Teilnehmerzahl: 12 bis 16 Personen.

EPC24 Marion Buchholtz, Ute Koopmann, Ulrich Kreutzberg, Britta Singer
Fr 17. - Sa 18. Januar 2014
5 Wochenenden (Fr - Sa)
weitere Termine im Flyer
Fr 16.00–21.00 Uhr
Sa 09.00–16.00 Uhr
10 Termine, 65 Unterrichtsstunden, 238,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

Bildungsprämie

Möchten Sie einen Zuschuss zu Ihrem Kurs? Vielleicht haben Sie Anspruch auf die staatliche Bildungsprämie? Lassen Sie sich beraten!
Weitere Informationen siehe Seite 9.

Psychologisch-lösungsorientierte Kinesiologie

In drei Seminarblöcken, verteilt über drei Monate, haben Sie die Möglichkeit, die psychologisch-lösungsorientierte Kinesiologie in Theorie und Praxis zu lernen. Sie werden Sicherheit mit dem Muskeltest, Fragetechniken und der Methodik gewinnen und im Laufe der Fortbildung mehr und mehr in der Lage sein, diese eigenverantwortlich und sicher zu nutzen - privat wie beruflich. Ziele und Anliegen der Fortbildung: den beidseitigen Muskeltest verstehen und anwenden, eigene Stressoren und Blockaden erkennen und lösen, Harmonie von Körper, Seele und Geist erfahren und erhalten, Kinesiologie im beruflichen und privaten Kontext einsetzen. Weitere Angaben entnehmen Sie bitte dem Flyer (siehe Internet oder in der Geschäftsstelle erhältlich, auf Wunsch per Post).

Teilnehmerzahl: 10 bis 16 Personen.

EPC26 Ina Born
Sa, 24. - So, 25. Mai 2014,
Sa, 28. - So, 29. Juni 2014,
Sa, 19. - So, 20. Juli 2014,
Sa 09.30–17.00 Uhr, So 09.30–16.00 Uhr
6 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 275,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.04

Mobbing in Schule und KiTa

Mobbing findet statt - jeden Tag! Mobbing tut weh- es verletzt und macht hilflos! Mobbing ist lösbar! Dem Mobben von Kindern und Jugendlichen stehen Erzieher/-innen, Pädagogen/-innen, Sozialpädagogen/-innen und Sozialarbeiter/-innen in Kindertagesstätten und Schulen oft hilflos gegenüber. Gespräche mit den Beteiligten können Mobbing sogar verstärken. Wann und wie beginnt das Mobben und wie kann es dauerhaft gestoppt werden? Der wirkungsvolle Interventionsansatz nach dem „No Blame Approach“ (NBA) ermöglicht es, dem Mobbing in der Kita und Schule effektiv und nachhaltig zu begegnen. Der NBA wurde in Großbritannien entwickelt und findet in Deutschland immer mehr Anwendung. Der zielgerichtete Ansatz sucht Lösungen für das gemobbte Kind, um den Leidensprozess schnell und dauerhaft zu beenden.

Der „No Blame Approach“ bietet in Kita und Schule eine Möglichkeit, Mobbing frühzeitig, lösungsorientiert, zielgerichtet und schnell zu begegnen. Die Bereitschaft zum Rollenspiel ist Voraussetzung zur Teilnahme am Seminar.

Teilnehmerzahl: 10 bis 16 Personen.

EPC28 Ina Born
Fr 04. - Sa 05. Juli 2014
Fr, 18.00–21.15 Uhr, Sa, 09.00–18.00 Uhr
2 Termine, 14 Unterrichtsstunden, 89,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.08

Fortbildung für KiTa Mitarbeiter/-innen

Fachkraft Psychomotorik (VHS)

Vorankündigung für Herbst 2014

Psychomotorik bietet Kindern Raum für Bewegungs- und Wahrnehmungserfahrungen. Gefördert werden Schutzfaktoren wie Selbstvertrauen, körperliche Entwicklung, Sprache und Kommunikation, Konflikt- und Erlebnisfähigkeit. Die Stärken der Kinder stehen dabei im Mittelpunkt der weiteren Entwicklungsförderung. In diesem Lehrgang erhalten Mitarbeiter/-innen aus pädagogischen, sozialpädagogischen oder therapeutischen Bereichen eine ergänzende fachliche Qualifikation im Bereich Psychomotorik. Der Lehrgang stützt sich dabei auf ein systemisches Verhältnis von Entwicklung und Psychomotorik. Ziel ist die Integration von Psychomotorik als eigenständige Methode in den Alltag der Kinder. Neben der theoretischen Vermittlung steht daher die praktische Auseinandersetzung von Bewegung und Wahrnehmung sowohl mit der eigenen Person als auch später mit Kindern während des Lehrgangs im Mittelpunkt.

Das Seminar umfasst 190 Unterrichtsstunden, dazu kommt ein 16-stündiges Praktikum, in dem die Teilnehmer/-innen ihre erworbenen Fähigkeiten umsetzen und erproben. Der Lehrgang schließt mit einer Prüfung ab. Jede/-r Teilnehmer/-in erhält nach erfolgreicher Teilnahme ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. Weitere Angaben entnehmen Sie bitte dem Flyer (siehe Internet oder in der Geschäftsstelle erhältlich, auf Wunsch per Post). Teilnehmerzahl: 14 bis 16 Personen.

FPC50 Jörn Kentzler, Solveigh Lina Geck, Annika Becker, Britta Karanjuloff
Fortbildungsbeginn: 13./14. September 2014
Sa 09.00–18.00 Uhr, So 09.00–16.00 Uhr
weitere Termine entnehmen Sie bitte dem Flyer oder im Internet
21 Termine, 190 Unterrichtsstunden, 850,- €
zzgl. Material
Prüfungsgebühr Landesverband: ca. 88,00 €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.09

Praxisnahe Weiterbildung Volkshochschule Braunschweig GmbH

KITA-WERKSTATT

Die Volkshochschule Braunschweig bietet in diesem Programm praxisnahe Weiterbildung für Mitarbeiter/-innen in Kindertagesstätten, Elterninitiativen, Spielkreisen und anderen Einrichtungen des Elementarbereichs an.

KiTa-Werkstatt-Service

Wir organisieren für Sie ein- und mehrtägige Fortbildungen zu Themen- und Fragestellungen Ihrer Wahl, stellen qualifizierte Dozentinnen/Dozenten, Unterrichtsräume, Materialien und Medien.

Sprechen Sie uns an, wenn Sie Veranstaltungen aus unserem Programm oder für Sie neu konzipierte Seminare buchen möchten.

Wir beraten Sie gern:

Dietmar Giebel, Tel. 0531 2412-205
dietmar.giebel@vhs-braunschweig.de

Kirsten Martin, Tel. 0531 2412-204
kirsten.martin@vhs-braunschweig.de

Melanie John, Tel. 0531 2412-214
melanie.john@vhs-braunschweig.de

Weiterbildung mit IHK-Abschluss

Ausbildung der Ausbilder (IHK) -

Vorbereitungslehrgang zur Ausbildereignungsprüfung

Die Lehrgangsinhalte beziehen sich auf die durch die Ausbilder-Eignungsverordnung in § 2 vorgegebenen vier Handlungsfelder: Ausbildungsvoraussetzungen prüfen und Ausbildung planen, Ausbildung vorbereiten und bei der Einstellung von Auszubildenden mitwirken, Ausbildung durchführen, Ausbildung abschließen. Schwerpunkte: Erstellung und Erprobung eines pädagogischen Konzepts zur Präsentation / praktischen Durchführung einer Ausbildungssituation in der praktischen Prüfung. Bearbeitung und Diskussion von typischen Fallbeispielen zur Vorbereitung auf die schriftliche Prüfung. Teilnehmervoraussetzungen: Zur Prüfung wird zugelassen, wer die fachliche Eignung zur Ausbildung nachweist (u. a. erfolgreich abgeschlossene Berufsausbildung im gewerblich-technischen, im kaufmännischen oder handwerklichen Bereich oder fachnaher Hochschulabschluss mit fachspezifischer Berufspraxis oder die Zuerkennung der fachlichen Eignung durch die zuständige Stelle). Weitere Angaben entnehmen Sie bitte dem Flyer (siehe Internet oder in der Geschäftsstelle erhältlich, auf Wunsch per Post).

Teilnehmerzahl: 10 bis 15 Personen.

Berufstätige, die Anspruch auf Bildungsurlaub haben, erhalten eine Anmeldebestätigung, die sie zwecks Freistellung bei Ihrem Arbeitgeber einreichen können. Die Seminare sind von der Agentur für Erwachsen- und Weiterbildung als Bildungsurlaubsveranstaltung im Rahmen des Gesetzes anerkannt.

EPE20BU Dr. Swen Bosse, Petra Spoto-Tietböhl, Anna Migura
Mo 07. April - Di, 22. April 2014
jeweils Mo - Fr von 8.30–16.15 Uhr
10 Termine, 90 Unterrichtsstunden, 440,- €
zzgl. Material ca. 30,- € und Prüfungsgebühr IHK: Ausbildung der Ausbilder (IHK) ca. 170,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15 Dachgeschoss Unterrichtsraum

EPE22BU Dr. Swen Bosse, Petra Spoto-Tietböhl, Anna Migura
Mo 25. August - Fr, 05. September 2014
jeweils Mo - Fr von 8.30–16.15 Uhr
10 Termine, 90 Unterrichtsstunden, 440,- €
zzgl. Material ca. 30,00 € und Prüfungsgebühr IHK: Ausbildung der Ausbilder (IHK) ca. 170,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15 Dachgeschoss Unterrichtsraum

FPE24BU Dr. Swen Bosse, Petra Spoto-Tietböhl, Anna Migura
Mo 27. Oktober - Fr 07. November 2014
jeweils Mo - Fr von 8.30–16.15 Uhr
10 Termine, 90 Unterrichtsstunden, 440,- €
zzgl. Material ca. 30,00 € und Prüfungsgebühr IHK: Ausbildung der Ausbilder (IHK) ca. 170,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15 Dachgeschoss Unterrichtsraum

Online-Seminare

zur Vorbereitung auf IHK-Abschlüsse

Live online Lernen – nutzen Sie unser umfangreiches Webinar-Angebot!

Infos auf der nächsten Seite.

Online-Seminare zur Vorbereitung auf IHK-Abschlüsse

Live online Lernen – nutzen Sie unser umfangreiches Webinar-Angebot!

Die Volkshochschule Braunschweig GmbH bietet gemeinsam mit dem Bildungspartner Pruefungspaten.de als Online-Spezialist und Dienstleister rund um elektronisch gestütztes Lernen (E-Learning) eine Vielzahl neuer Online-Seminare (Webinare) an. Seit 2007 führt Pruefungspaten.de Webinare durch. Die daraus gewonnenen Erfahrungen sowie die zufriedenen Teilnehmer belegen, dass Webinare ideal geeignet sind für erfolgreiches, individuelles, ortsungebundenes und weitgehend zeitunabhängiges Lernen.

Was ist ein Webinar?

Webinar setzt sich zusammen aus den Wörtern Web und Seminar. Es ist also ein Seminar im Web oder anders ausgedrückt:
Ein Kurs, der live online über das Internet stattfindet.
Ganz wie in einem klassischen Seminar vor Ort hören Sie Ihren Trainer und sehen alles, was er am Bildschirm zeigt.
Je nach Kurs ist das eine PowerPoint-Präsentation oder eine Webseite mit interessanten Infos. Das Praktische dabei ist, dass Sie auch gemeinsam in einer Anwendung arbeiten können.
Wenn Sie im Kurs Rückfragen haben oder sich an einer Diskussion beteiligen möchten, sprechen Sie einfach in Ihr Mikrofon. Ansonsten können Sie natürlich auch per Tastatur im Chat eine Rückmeldung abgeben.
Was müssen Sie mitbringen? Ihr PC oder Mac sollte nicht älter als 8 Jahre sein. Als Betriebssystem kommen Microsoft Windows oder MacOS in Frage. Damit Sie den Trainer hören und selbst auch Rückmeldungen geben können, sollten Sie Lautsprecher und Mikrofon oder ein Headset haben. Ihre Internetverbindung sollte schon in etwa DSL-Geschwindigkeit haben.
Der zentrale Vorteil an einem Webinar ist, dass es live stattfindet. Sie können sich live mit Ihrem Trainer und den anderen Teilnehmern austauschen. Sie sehen den Bildschirm Ihres Trainers und können sogar gemeinsam in einer Anwendung arbeiten. Dabei ist es egal, von wo aus Sie an dem Kurs teilnehmen. Falls Sie mal einen Termin verpassen, ist das kein Problem. Es gibt immer eine Aufzeichnung, mit der Sie den Termin nacharbeiten können.

Technische Voraussetzungen

- PC oder Apple Mac mit mind. 1 GHz. (nicht älter als 8 Jahre)
- Lautsprecher + Mikrofon oder Headset
- Microsoft Windows oder Apple Mac OS X
- Breitband-Internetzugang (DSL oder ähnliches)

Förderung

Bitte prüfen Sie (vor Anmeldung zum Seminar) Ihren Anspruch auf Lehrgangsförderung durch die einkommensabhängige Bildungsprämie. Nähere Informationen erhalten Sie unter www.bildungsprämie.de.

Fortbildungen mit IHK-Abschluss

Die Kurse finden im direkten Kontakt der Teilnehmer mit dem Trainer statt.
Alle Webinare der nachstehenden Fortbildungen bereiten auf die Prüfung bei einer Industrie- und Handelskammer vor.
Bitte nehmen Sie vor der Anmeldung Kontakt zu Ihrer örtlichen Industrie- und Handelskammer auf, um die Erfüllung der Zulassungsvoraussetzungen überprüfen zu lassen.

Anmeldung Das Anmeldeformular erhalten Sie auf der Internetseite der der Volkshochschule Braunschweig GmbH unter folgendem Link: http://www.vhs-braunschweig.de/, Beruf und Arbeitsleben, Online-Seminare zur Vorbereitung auf IHK-Abschlüsse

Gepr. Wirtschaftsfachwirt/-in IHK – Online Seminar

Die Seminarbeschreibung entnehmen Sie bitte folgendem Link: http://www.pruefungspaten.de/kursinfo.php?id=24
Die Prüfungsordnung mit den Zulassungsvoraussetzungen finden Sie auf folgender Internetseite: http://www.bmbf.de/de/6406.php

BEPE04 – **Kurs 1** – **Fortbildungsbeginn: 06. Mai 2014** */ dienstags und donnerstags jeweils von 17:45 – 20:15 Uhr*

Schriftliche Prüfung: *Prüfungsteil „Wirtschaftsbezogene Qualifikation“: 23.Oktober 2014*
Prüfungsteil „Handlungsspezifische Qualifikation“: 16./17. November 2015
348 Unterrichtsstunden, 2.280,00 €
Den kompletten Terminplan entnehmen Sie bitte direkt der Homepage von Pruefungspaten.de über den folgenden Link:
http://www.pruefungspaten.de/kalender.php?kombi_id=251&ab=vbs

BEPE06 – **Kurs 2** – **Fortbildungsbeginn: 16. Juni 2014** */ montags und mittwochs jew. 17:45 – 20:15 Uhr und drei Mal samstags 09:00 – 14:00 Uhr*

Schriftliche Prüfung: *Prüfungsteil „Wirtschaftsbezogene Qualifikation“: 23. Oktober 2014*
Prüfungsteil „Handlungsspezifische Qualifikation“: 16./17. November 2015
348 Unterrichtsstunden, 2.280,00 €
Den kompletten Terminplan entnehmen Sie bitte direkt der Homepage von Pruefungspaten.de über den folgenden Link:
http://www.pruefungspaten.de/kalender.php?kombi_id=252&ab=vbs

BEPE08 – **Kurs 3** – **Fortbildungsbeginn: 04. November 2014** */ dienstags und donnerstags jeweils von 17:45 – 20:15 Uhr*

Schriftliche Prüfung: *Prüfungsteil „Wirtschaftsbezogene Qualifikation“: 19. März 2015*
Prüfungsteil „Handlungsspezifische Qualifikation“: 28./29. April 2016
348 Unterrichtsstunden, 2.280,00 €
Den kompletten Terminplan entnehmen Sie bitte direkt der Homepage von Pruefungspaten.de über den folgenden Link:
http://www.pruefungspaten.de/kalender.php?kombi_id=260&ab=vbs

Volkshochschule Braunschweig und merkWATT – Büro für Energie und Klimaschutz

– führen für Ihre Organisation eintägige Fortbildungen zu folgenden Themen durch:

Tages-Workshop für Hausmeister/-innen: „Der Hausmeister als Energiemanager“

Hausmeister sind „Energiemanager vor Ort“ mit großem Einfluss auf Energieverbräuche, Kosten und Klimaschutz. Je nach Ausgangslage kann allein eine energiebewusste Tätigkeit des Hausmeisters in der Regel zu Energieeinsparungen von etwa 20 %, in manchen Fällen sogar bis 50 % führen.

Der Tages-Workshop „Der Hausmeister als Energiemanager“ soll Hausmeister in die Lage versetzen, ihre Aufgabe als „Energiemanager“ sachgerecht und selbstbewusst wahrzunehmen. Die interaktive Methodik des Workshops ermöglicht es, nicht nur Inhalte zu vermitteln, sondern auch auf die konkreten Bedürfnisse der Teilnehmer einzugehen und im Erfahrungsaustausch ihr Wissen zu nutzen.

Themen: Heizung und Wärmeverteilung optimieren – Energieverschwendung erkennen und beseitigen – Energie-Controlling – „Ordnungsgemäße Zustände“ – Rolle des Energiemanagers – Nutzer einbinden

Tages-Workshop für Kita-Mitarbeiter/-innen: „Energie- und Klimaschutz leben, lehren und lernen“

Kinder sind die größten Nutznießer und zugleich die besten Botschafter der Energiewende und des Klimaschutzes. Was sie früh lernen, wird nicht nur für sie selbst selbstverständlich, sondern färbt auch auf die Eltern und die ganze Erwachsenenwelt ab. Ein erster Schritt ist, dass die wichtigsten Regeln des energiebewussten Verhaltens im Kita-Alltag von allen gemeinsam bewusst gelebt und thematisiert werden. Wie das gehen kann, vermittelt dieser Workshop.

In einer Gruppenarbeitsphase können die Teilnehmer/-innen Ideen entwickeln, wie die wichtigsten Energieregeln in ihren Einrichtungen in kindgerechte pädagogische Bausteine umgemünzt werden können. Um den Praxis-Transfer zu erleichtern, werden den Teilnehmer/-innen vorhandene energie- und klimaschutzpädagogische Materialien und Bausteine vorgestellt.

Themen: Wasser ist Leben, Wasser kostet Energie! – Erleuchtungen über die Beleuchtung – Richtig Lüften für wache Köpfe und gutes Klima – Innere Wärme, äußere Wärme: wo kommen sie her, wo gehen sie hin?

Tagesseminar für Energieverantwortliche: „Energieeffizienz in Betrieben aller Art“

Energie wird immer teurer – nicht nur für produzierende Unternehmen, sondern auch für Dienstleister aller Art, soziale und kulturelle Einrichtungen sowie Verwaltungen. Der „Kostenfaktor Energie“ ist selten im Blickfeld, denn Energie gehört nicht zum „Kerngeschäft“. Dabei hat jede genutzte Kilowattstunde direkte Auswirkung auf das Betriebsergebnis. Häufig liegen die Einsparpotenziale – ohne nennenswerte Investitionen – bei 20 Prozent und mehr!

Themen des praxisorientierten Überblicksseminars:
Energieverschwendung erkennen und beseitigen – Effizienz durch moderne Technik – Erneuerbare Energien – Energie-Controlling – Energie-Management – Fördermittel

Teilnehmerzahl: *12 - 16 Personen*
Veranstaltungsform: *Tagesseminare mit 8 Unterrichtsstunden*
Seminargebühr: *149,00 € pro Person*

Wir beraten Sie gern:

Volkshochschule Braunschweig
Dietmar Giebel, Telefon 0531 2412-205
Dietmar.Giebel@vhs-braunschweig.de
Kirsten Martin, Telefon 0531 2412-204
Kirsten.Martin@vhs-braunschweig.de

merkWATT GmbH
Michael Fuder, Telefon 0531 239280-0
fuder@merkwatt.de

Fortbildungs- und Vernetzungsangebote für kommunale Klimaschutzmanager

Vorankündigung für Herbst 2014

Die VHS Braunschweig bietet in Kooperation mit dem Büro merkWATT maßgeschneiderte Fortbildungen für Klimaschutzmanager an, die in mehreren hundert deutschen Städten, Landkreisen und Gemeinden die Energiewende und den Klimaschutz vorantreiben. Das Angebot umfasst fachliche und kommunikative Qualifizierungs- und Fortbildungsangebote, Vernetzungstreffen für den Erfahrungsaustausch, Prozessunterstützung für die Aufgaben des „Change Managements“ im Klimaschutz, individuelles Mentoring und Coaching. Die Fortbildungen sind grundsätzlich förderfähig durch das Bundesumweltministerium. Details sind der gesonderten Ankündigung zu entnehmen.

Sprechen Sie uns an, wenn Sie Veranstaltungen aus diesem Programm oder für Sie neu konzipierte Seminare buchen möchten.

Fortbildungen für Kursleiter/-innen

Moderation I: Grundlagen visualisierter Moderation

Die visualisierte Moderation ist eine Art schriftlicher Diskussion. Im Lernprozess lässt sie sich z. B. einsetzen, um

Fragestellungen zu strukturieren oder Lösungen zu finden. Das Handwerkszeug der Metaplantechnik kann helfen, die Kursarbeit zu verbessern. Diese Fortbildung richtet sich an Kursleiter/-innen, die keine oder wenig Erfahrungen mit visualisierter Moderation haben. Ziel ist es, die Grundlagen und das Vorgehen zu verstehen, die vier Moderationsphasen zu erarbeiten, das benötigte Material kennenzulernen und die Rolle als Moderator/-in zu reflektieren.

Nur für Kursleiter/-innen der Volkshochschulen. Für Kursleiter/-innen der Volkshochschule Braunschweig werden die Kosten dieser Fortbildung auf Antrag übernommen. Anmeldungen nur über die Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung, Bödekerstr. 18, 30161 Hannover, Tel. 0511 300330-10, www.aewb-nds.de

EPG04 Werner Tiede
Sa, 10.00–18.00 Uhr am 29. März 2014
1 Termin, 9 Unterrichtsstunden, entgeltfrei
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.04

Körpersprache als Ausdruck der Persönlichkeit

In welchen Körperhaltungen und Bewegungsabläufen fühle ich mich wohl? Wie kann ich mein Repertoire an Bewegungsmustern erweitern und damit zu mehr Sicherheit und Körperpräsenz gelangen? Bewegungsübungen zu Musik und Tanzimprovisation unterstützen in dem Kurs die Körperwahrnehmung und bieten die Möglichkeit, Bewegungsimpulsen nachzugeben und ein neues Körpergefühl zu entwickeln.

Teilnehmerzahl: 7 bis 12 Personen.

Nur für Kursleiter/-innen der Volkshochschule Braunschweig.
Die Fortbildung ist kostenfrei.

EPG08 Birgit Bostelmann
Fr, 17. Januar 2014, 18.00–19.30 Uhr
Fr, 24. Januar 2014, 18.00–19.30 Uhr
2 Termine, 4 Unterrichtsstunden, entgeltfrei
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.04

PowerPoint für Kursleiterinnen und Kursleiter

Sie haben noch wenig Erfahrung mit PowerPoint und möchten Präsentationen einsetzen? Text, Grafiken und weitere Medien einbinden, Folien und den Ablauf gestalten. Moderne Methoden in der Umsetzung und Einsatzmöglichkeiten am digitalen Whiteboard bringen Sie in diesem Kurs kurz und bündig zum Ziel.

Teilnehmerzahl: 8 Personen.

Nur für Kursleiter/-innen der Volkshochschule Braunschweig.
Die Fortbildung ist kostenfrei.

EPG10 Merle Hübner
Sa, 11.00–16.00 Uhr am 08. März 2014
1 Termin, 6 Unterrichtsstunden, entgeltfrei
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Körpersignale wahrnehmen - Körperpräsenz stärken

Durch das Zusammenspiel von Körperhaltung, Sprache und innerer Einstellung treten wir authentisch auf. Bewegungsübungen und tanzpädagogische Improvisationen helfen uns, Körpersignale wahrzunehmen, unsere körperliche Ausdrucksfähigkeit zu erweitern und eine stärkere Körperpräsenz zu entwickeln. Tanzerfahrungen sind nicht erforderlich. Bequeme Kleidung und dicke Socken sind mitzubringen.

Teilnehmerzahl: 7 bis 12 Personen.

Nur für Kursleiter/-innen der Volkshochschule Braunschweig.
Die Fortbildung ist kostenfrei.

EPG12 Birgit Bostelmann
Fr, 17.00–20.30 Uhr am 14. März 2014
1 Termin, 4 Unterrichtsstunden, entgeltfrei
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Speicher

Mediationsbüro
Akademie Alte Waage

Alte Waage 15, 38100 Braunschweig

Auskunft/Terminvereinbarung:
Dietmar Giebel
Melanie John
Kirsten Martin

Telefon: 0531 2412-205 / -204
dietmar.giebel@vhs-braunschweig.de

Verfahren

Mediation ist ein Verfahren und eine Kunst der Konfliktbearbeitung, mit deren Hilfe die streitenden Parteien selbst in schwierigen Fällen zu einer einvernehmlichen Lösung finden können.

Mediation ist hilfreich, wenn

- alle Betroffenen an einer Lösung des Konflikts interessiert sind, sich zur Zeit jedoch in einer Sackgasse befinden
- die Streitenden ein Interesse an einer guten zukünftigen Beziehung haben
- das Ergebnis offen ist

Eine Einführung in den Umgang mit dem interaktiven Whiteboard

Mit dem Finger statt der Maus schwebende Leisten und die Tastatur bedienen. Objekte erzeugen, klonen, verknüpfen per digitalem Zeichenstift. Whiteboard Werkzeuge von Bildschirmvorhang, Spotlight bis Recorder, Zoom und Video sowie der Umgang mit Office-Anwendungen werden trainiert.

Teilnehmerzahl: 8 Personen.

Nur für Kursleiter/-innen der Volkshochschule Braunschweig.
Die Fortbildung ist kostenfrei.

EPG14 Merle Hübner
Sa, 11.00–16.00 Uhr am 15. März 2014
1 Termin, 6 Unterrichtsstunden, entgeltfrei
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

Mit Spiel und Spaß zum Lernerfolg

Kennen Sie das auch: Der Unterricht läuft etwas zäh, die Teilnehmer „machen nicht mit“, wirken unkonzentriert, es fehlt ihnen nach der Pause an Motivation? Dann spielen Sie doch einfach mal! Vom guten Einstieg bis zum gelungenen Abschluss - Spiele lockern auf, aktivieren die Teilnehmer, steigern die Motivation und Konzentration, machen den Kurs lebendiger. Oft hilft schon eine 5-Minuten-Unterbrechung. Nicht zu unterschätzen ist der Spaß, den die Teilnehmer und Sie dabei haben. Das verbindet! Und ist es nicht unser Ziel, dass die Teilnehmer den Tag in der VHS nicht nur als anstrengend empfinden, sondern insgesamt in positiver Erinnerung behalten? Sie lernen zahlreiche Spiele von unterschiedlicher Dauer kennen, die Sie je nach Teilnehmerart und Lernziel einsetzen können: Aktivierung, Konzentrationsförderung,

Motivation, Kreativität, Kommunikation, Gruppenbildung, Lernerfolgssicherung, ...Haben Sie auch ein Lieblingsspiel? Dann sollten Sie es unbedingt mitbringen! Wir freuen uns auf Ihre Anregungen und den Erfahrungsaustausch mit Ihnen.

Teilnehmerzahl: 8 Personen.

Nur für Kursleiter/-innen der Volkshochschule Braunschweig.
Die Fortbildung ist kostenfrei.

EPG16 Leonore Stolte
Sa, 11.00–16.00 Uhr am 22. März 2014
1 Termin, 6 Unterrichtsstunden, entgeltfrei
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.03

Umgang mit Störungen

In Seminaren, in denen Menschen eng zusammen lernen und arbeiten, kommt es immer wieder zu schwierigen Situationen oder Konflikten. Das wird von vielen als unangenehm empfunden, auch wenn Konflikte normal sind und zum menschlichen

Miteinander dazugehören. Für Leitende stellt der Umgang mit Störungen immer wieder eine große Herausforderung dar. Sie fragen sich, wie viel Raum sollen / können / wollen sie einer Störung bieten? Was steht im Vordergrund? Die Bearbeitung des Themas oder das Wohlbefinden der Teilnehmer? Im Kurs wird auf der Grundlage Ihrer eigenen Erfahrungen mit schwierigen Seminarsituationen in das Störungsverständnis und die Störungsbearbeitung nach der Themenzentrierten Interaktion von Ruth Cohn eingeführt. Dabei können Sie Ihr eigenes Verhalten in schwierigen Gruppen- und Konfliktsituationen reflektieren und so Ihre Leitungskompetenz stärken.

Teilnehmerzahl: 7 bis 12 Personen.

Nur für Kursleiter/-innen der Volkshochschule Braunschweig.
Die Fortbildung ist kostenfrei.

EPG18 Christiane Leonhardt
Sa, 09.00–14.00 Uhr am 26. April 2014
1 Termin, 6 Unterrichtsstunden, entgeltfrei
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.05

Notfallhilfe: Notruf, Ärzte Betreuung des Verletzten, ...

Wie kann ich helfen, wenn jemand Nasenbluten hat, gestürzt ist, über Brustschmerzen und Atemnot klagt oder plötzlich eine Halbseitenlähmung hat? Vor diesen Situationen brauchen Sie nicht länger Angst zu haben! Sie erlernen, Notfallsituationen schnell zu erkennen und trainieren die richtigen Maßnahmen der Ersten Hilfe sicher anzuwenden. Damit können Sie die ersten Minuten eines Notfalls bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes mit den lebensrettenden Maßnahmen überbrücken.

Nur für Kursleiter/-innen der Volkshochschule Braunschweig. Die Fortbildung ist kostenfrei.

EPG20 Marion van der Pütten, Alexandra Acheampong
Sa, 11.00–16.00 Uhr am 10. Mai 2014
1 Termin, 6 Unterrichtsstunden, entgeltfrei
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Dachgeschoss Unterrichtsraum

Bildungsgutschein
der Agentur für Arbeit / Jobcenter

Ein Bildungsgutschein berechtigt zur Teilnahme an einer Maßnahme der beruflichen Weiterbildung.

Die Kosten für die Weiterbildung werden von der Agentur für Arbeit oder dem Jobcenter für arbeitslose Erwachsene unter bestimmten Bedingungen übernommen.

Unsere Kursleiter sind uns wichtig!

Neben den Weiterbildungsmöglichkeiten über unsere Dachverbände bieten wir eigene, hausinterne Kursleiterfortbildungen an. Gemeinsam mit unserer Dozentenvertreterin Merle Hübner sind folgende Angebote organisiert worden. Wir sind sicher, dass viele mitmachen werden und zukünftig weitere interessante Kurse dazu kommen.

Grundlagen visualisierter Moderation – 29. März 2014

Körpersprache als Ausdruck der Persönlichkeit
17. und 24. Januar 2014

PowerPoint für Kursleiterinnen und Kursleiter – 08. März 2014

Körpersignale wahrnehmen - Körperpräsenz stärken
14. März 2014

Umgang mit dem interaktiven Whiteboard – 15. März 2014

Mit Spiel und Spaß zum Lernerfolg – 22. März 2014

Umgang mit Störungen
26. April 2014

Notfallhilfe: Notruf, Ärzte Betreuung des Verletzten, ...
Sa, 10. Mai 2014

vhs consult

Volkshochschule Braunschweig GmbH
Akademie Alte Waage
Alte Waage 15
38100 Braunschweig
Tel. 0531 2412-0

www.akademie-alte-waage.de
akademie.alte-waage@vhs-braunschweig.de

Wir beraten, qualifizieren und begleiten Sie in folgenden Bereichen:

- Personal- und Organisationsentwicklung
- Kommunikation und Marketing
- Existenzgründung
- Qualifizierte Mitarbeiter-Schulungen
- Coaching

Hierbei stehen Ihnen qualifizierte Berater/-innen gern zur Verfügung.

Beratung und Coaching:

Als Sonderleistung bieten wir Ihnen zu jedem Seminarthema der Akademie Alte Waage ein individuelles, auf Ihre Belange zugeschnittenes Coaching an.

Weitere Formen von Beratung wie Supervision, Mentoring, etc. können mit uns abgesprochen werden.

Ihr Kind soll gut lesen?
Ihr Kind soll richtig schreiben?
Sie wollen seine schulische Entwicklung sichern?
Dann lassen Sie Ihr Kind kostenlos testen.
Wir freuen uns auf Ihren Anruf!
LOS®
LEHRINSTITUT FÜR ORTHOGRAPHIE UND SPRACHKOMPETENZ
LOS Braunschweig
Waisenhausdamm 12
T. 0531 - 2404858
LOS Wolfenbüttel
Goslarsche Str. 2
T. 05331 - 909248

BürgerKolleg BRAUNSCHWEIG

Wir machen Bürger stark fürs Ehrenamt.

vhs Volkshochschule Braunschweig GmbH

BÜRGER STIFTUNG Braunschweig

Das BürgerKolleg Braunschweig ist ein Projekt der Bürgerstiftung Braunschweig in Kooperation mit der Volkshochschule Braunschweig.

Wir bieten Braunschweiger Ehrenamtlichen Weiterbildung an – und zwar kostenfrei!

Unser Angebot richtet sich an alle aktiven Ehrenamtlichen in Vereinen, Initiativen und Organisationen. In unseren Seminaren geht es um Kommunikation, Organisation, Motivation, Außendarstellung und wichtige rechtliche Fragen … kurz: alles, was erfolgreiche Vereinsarbeit ausmacht und braucht!

Die Idee eines BürgerKollegs ist ursprünglich von der Wiesbaden Stiftung entwickelt worden und wird dort bereits seit 2010 als erfolgreiches Projekt durchgeführt (siehe auch www.buergerkolleg.de). In Zukunft sollen auch Braunschweiger Bürger stark gemacht werden für ihr ehrenamtliches Engagement. Wir wollen Braunschweiger Bürger für ihre Aufgaben im Ehrenamt stärken und helfen, noch mehr Freude an ihrem Engagement zu finden.

Für die Teilnehmer der Seminare oder den jeweiligen Verein entstehen keine Kosten.

Unser Angebot umfasst:

- **Offene Seminare**
  Teilnehmer verschiedener Vereine können zu dem jeweiligen Thema zusammenkommen und gleichzeitig Erfahrungen mit den Aktiven anderer Vereine austauschen.
- **Inhouse-Seminare**
  Diese werden in enger Absprache mit einem interessierten Verein so eng wie möglich an die jeweiligen Bedürfnisse angepasst und als geschlossene Seminare – ggf. auch in den vereinseigenen Räumlichkeiten – durchgeführt. Jeder Verein / jede Initiative kann sich hierfür beim BürgerKolleg Braunschweig melden.

Besuchen Sie unsere Homepage unter
www.buergerkolleg-braunschweig.de
und informieren Sie sich über das Projekt und unsere Angebote.

Eine Auswahl der angebotenen Themen:

- Konfliktmanagement: Strategien und Übungen
- Strategie und Zielfindung im Verein / neue Mitglieder gewinnen
- Vereinsfinanzen / Buchführung
- Antragstellung / Fundraising

Anmeldung:

Kundencenter
der Volkshochschule Braunschweig

Alte Waage 15
38100 Braunschweig
Telefon 0531 2412-0
Fax 0531 2412-0

oder:

Bürgerstiftung Braunschweig
www.buergerkolleg-braunschweig.de

Öffnungszeiten:

Montag – Donnerstag:
09.00 – 15.00 Uhr

Dienstag:
09.00 – 18.00 Uhr
(in den Ferien bis 15.00 Uhr)

Freitag:
09.00 – 13.00 Uhr

Internet/E-Mail:

www.vhs-braunschweig.de
info@vhs-braunschweig.de

Ansprechpartner

Patrick Scheunemann
Bürgerstiftung Braunschweig
(für Fragen rund um das Projekt BürgerKolleg, Vorschläge und Anfragen von Vereinen zu neuen Seminarthemen, Fragen zur Homepage)

Tel. 0531 480 39 8 39

buergerkolleg@
buergerstiftung-braunschweig.de

Kirsten Martin
Volkshochschule Braunschweig
(für Fragen zu den Seminaren)

Tel. 0531 2412 204

kirsten.martin@vhs-braunschweig.de

Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag:
08.30 – 12.30 Uhr,

Mittwoch:
10:00 – 14:00 Uhr

1. Halbjahr 2014

Meer * Strand * Schnee * Sand * schwer
*ie Kuh auf dünnem Eis * Schlittschuh * Lage*
aut * Sonnenbräune * Lichtschutz * Son
*exas Ranger * Problem * Air Mail * Kartensp*
armor * Italien * Kunstwerk * Steinbruc
*eftklammer * Kopierer * Keller * verzweifeln*
aufaser mit erhabener Körnung lässt sic
*reibad * Greisin * vormittags * heiße Würstc*
om Tau feuchter Rasen * heißer Asphalt
*pielplatz * Tankstelle * Brutzeit * Radfahrer **
länzender Lack * Wachs * Politur * abpe
*Drehbank * Würfel * damals * Lehre * einatme*
ell * atmen * Kunst * Bewegung * Ruhe *
*Ochse * Adoption * Hochzeit * die Stadtwohnu*
on * Stimme * Lehm * weich * sanft * vol
*Gasflasche * der Schutz * zerborsten * rot * am*
rde * Landschaft * Hoizont * Zukunft * P
*er dritte Gang * loyal * Diener * Villa * Schul*
aut und Glas * Teig * Stern * Blechstreife
*vaschen * vergebens * er nahm den falschen W*
andtuch * Sommerfell * hecheln * Wurst
*rau * Karriere * Halstuch * kurzes Haar * Be*

Schulabschlüsse	Seite 100
Grundbildung	Seite 101
Grundbildung am Arbeitsplatz	Seite 101
Rechtschreibung	Seite 101
Englisch von Anfang an	Seite 101
Studium ohne Abitur / Offene Hochschule	Seite 102

Ute Koopmann
Programmbereichsleiterin

Sabine Slapa
Sachbearbeiterin

Realschulabschluss / Erweiterter Realschulabschluss

Innerhalb des einjährigen Abendkurses können Sie sich auf die Prüfung zu beiden Realschulabschlüssen vorbereiten. Unterrichtet wird in den Fächern Deutsch, Geschichte, Erdkunde, Englisch, Mathematik, Physik, und Biologie. Wenn Sie den erweiterten Realschulabschluss erwerben wollen, muss ein Zensurenschnitt von mindestens 3,0 in allen Fächern erreicht werden.

Eine Teilnahme ist nur nach Beratung möglich!

BEZR02 Verschiedene Dozenten
Mo – Fr von 13.00 - 17.15 Uhr, ab 28.04.2014
800,- €

BEZR03 Verschiedene Dozenten
Mo – Fr 08.30 - 12.45 Uhr, ab 28.04.2014
800,- €

Hauptschulabschluss / Erweiterter Hauptschulabschluss

Innerhalb eines Jahres können Sie sich in diesem Kurs auf die Prüfung zum Hauptschulabschluss und den Erweiterten Hauptschulabschluss vorbereiten.

Unterrichtet wird in den Fächern Deutsch, Mathematik, Erdkunde, Geschichte und Biologie. Wenn Sie den erweiterten Hauptschulabschluss erwerben wollen, muss Englisch als zusätzliches Prüfungsfach gewählt werden.

Eine Teilnahme ist nur nach vorheriger Beratung möglich!

BFZH02 Verschiedene Dozenten
Mo – Fr von 9.00 - 13.00 Uhr
ab 15. September 2014
360,- €

Beratung

zu Haupt- und Realschulabschluss:

Montag und Dienstag
von 15 –17 Uhr
(ohne Terminvergabe)

Gudrun Hock
Volkshochschule Braunschweig
Haus Alte Waage 15
38100 Braunschweig
Raum 202
Telefon 0531 2412-226

Basiskompetenzen der Mitarbeiter-/innen verbessern!

Passgenaue betriebliche Angebote des Grundbildungszentrums

RGZ Regionale Grundbildungszentren Niedersachsen

Gefördert durch:
Niedersächsisches Ministerium für Wissenschaft und Kultur

Die Anforderungen an den Arbeitsplätzen im sicheren Umgang mit der Schriftsprache und der Nutzung der EDV sind in den vergangenen Jahren in allen Branchen für alle Beschäftigtengruppen enorm gestiegen.

Viele auch fachlich kompetente und langjährig erfahrene Mitarbeiter-/innen fühlen sich diesen neuen Anforderungen oft nicht gewachsen und brauchen Unterstützung für ihr Lernen.

Das Grundbildungszentrum an der VHS bietet sowohl individuell als auch im Gruppenunterricht Lernangebote, die passgenau auf die betrieblich spezifischen Anforderungen an den Arbeitsplätzen und auf die Bedarfe und Bedürfnisse der Mitarbeiter-/innen zugeschnitten sind

In Einzelunterricht, Tages- und Abendkursen, Wochenend- und Bildungsurlaub-Veranstaltungen sowie in betrieblichen Kursen haben wir Erfahrung im Umgang mit Themen wie

- die Verbesserung der Lesekompetenzen für den Umgang mit den immer umfangreicheren Dokumentationen, Arbeits-, Qualitäts- und Sicherheitsvorschriften sowie zur Teilnahme an betriebsinternen Fortbildungen und Schulungen;
- mehr Sicherheit beim verständlichen, adressatengerechten Schreiben und bei der Rechtschreibung, um den erhöhten Anforderungen im Berichtswesen und bei den unterschiedlichen Dokumentationssystemen gerecht zu werden;
- einer kleinschrittigen, soliden Unterweisung in den Basiskompetenzen der Computer-Beherrschung und des Umgangs mit der EDV;
- der Vermittlung von Basiskenntnissen in Englisch, wie sie an immer mehr Arbeitsplätzen für das problemlose Verstehen der immer häufigeren Anglizismen im Arbeitsalltag nötig sind;
- der verbesserten Beherrschung der Grundrechenarten und des Umgangs mit Messen und Maßen z.B. für die Kommissionierung oder für Arbeitsanweisungen und Qualitätskontrollen;
- der Erweiterung des angemessenen und sicheren sprachlichen Ausdrucks in der mündlichen Kommunikation mit anderen Mitarbeiter-/innen, Vorgesetzten und Kund-/innen;
- der zielgerichteten Vermittlung aller dieser oben aufgeführten Basiskompetenzen speziell für Mitarbeiter-/innen mit Migrationshintergrund, die Deutsch als Zweit- oder Fremdsprache gelernt haben.

INFORMATION

Ute Koopmann
Volkshochschule Braunschweig GmbH
Alte Waage 15
38100 Braunschweig
Telefon 0531 2412-210
www.vhs-braunschweig.de

Alphabetisierung

Lesen und Schreiben

Wir bieten Kurse an für Personen,

- die Lesen und Schreiben nicht von Grund auf gelernt haben,
- ihre Lese- und Schreibkenntnisse im privaten und beruflichen Alltag endlich anwenden und ausbauen möchten,
- die lesen und schreiben können, aber noch größere Schwierigkeiten mit der Rechtschreibung haben.

Durch unser differenziertes und inhaltlich breit gefächertes Angebot können wir unterschiedliche Vorkenntnisse, zeitliche Möglichkeiten und persönliche Interessen berücksichtigen.

Die Auswahl einer passenden Lerngruppe treffen wir mit Ihnen in einem persönlichen Gespräch vor Kursbeginn. Der Unterricht findet in kleinen Gruppen statt, der Einstieg in einen bereits laufenden Kurs ist möglich. Alle Anfragen werden vertraulich behandelt. Ermutigen Sie Ihnen bekannte Personen zu einem Beratungsgespräch.

BEZE01 Michaela Schnur
Mo + Mi, 18.00–20.00 Uhr,
ab 6. Januar 2014
46,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.03

BEZE02 Michelle von Werder, Ulrich Markowski
Di + Do, 18.00–20.00 Uhr,
ab 7. Januar 2014
46,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.16

BEZE05 Dorothee Hermann
Mo + Mi, 18.00–20.00 Uhr,
ab 6. Januar 2014
46,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

Angst vor dem Computer?

Vollkommen überflüssig! In diesem Kurs lernt jeder wie es geht! Eine kurze Einführung in die Bedienung des Computers - und schon geht´s los. Gemeinsam unternehmen wir dann die ersten Schritte in die Computerwelt und sehr bald macht es sogar Spaß! Der Kurs richtet sich vor allem an Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus den Kursen „Lesen und Schreiben".

BEZE06 Carmela Klinge
Mi, 16.30–18.00 Uhr
ab 12. Februar 2014
15 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 31,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

Lassen Sie sich beraten!
Im Fuß der Seite finden Sie
Ihre jeweiligen Ansprechpartner.

Lernen für den Arbeitsplatz

- Sie müssen an Ihrem Arbeitsplatz immer öfter Berichte, Protokolle, Mails oder Briefe schreiben bzw. Notizen für Kollegen, Vorgesetzte und Kunden anfertigen und sind unsicher mit dem Schreiben oder Rechtschreibregeln?
- Sie haben wenig Erfahrung mit dem Computer, an Ihrem Arbeitsplatz wird der tägliche Umgang mit der EDV aber inzwischen erwartet?
- Sie haben an Ihrem Arbeitsplatz immer umfangreichere Dokumentationen, Anleitungen, Arbeits- und Sicherheitsvorschriften zu lesen, was Ihnen aber schwer fällt?
- Sie sind im Arbeitsalltag immer häufiger mit Aufgabenstellungen im Messen und Rechnen konfrontiert, die Ihnen sehr zu schaffen machen, weil Ihnen manche Grundkenntnisse fehlen?
- Sie müssen häufig an betriebsinternen Schulungen teilnehmen oder möchten eine Fortbildung machen, fürchten aber, dabei den Anforderungen an das umfangreiche Lesen und Schreiben nicht zu genügen?

Wir können Sie mit unseren Grundbildungskursen dabei unterstützen, das für Ihren Arbeitsplatz Notwendige zielgerichtet zu lernen. In kleinen Gruppen entwickeln wir für Sie ein passendes Lernprogramm und helfen Ihnen über die Klippen.

BEZE07 Andreas Klepp, ab 10. Februar 2014
Termin nach Absprache, 30 Termine, 93,-€
Volkshochschule Haus Reichstraße, Raum101

Lesen und Schreiben für Menschen mit Behinderungen

Warum ist es eigentlich wichtig, lesen und schreiben zu können? Zum Beispiel, um Zeitungen und Bücher zu verstehen oder um Briefe zu verschicken! Aber auch die meisten anderen Dinge um uns herum funktionieren über Schrift und Zahl. In den Kursen geht es darum, die Anwendung der Schriftsprache in Alltagssituationen zu trainieren.

BDZE13 Michaela Schnur, Edelgard Blume
Do, 17.30–19.30 Uhr, ab 13. Februar 2014
15 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 31,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss, Raum E.05

Rechtschreibung und Zeichensetzung

Sie müssen im Beruf Notizen, Protokolle, kurze Berichte oder Briefe schreiben, fühlen sich aber häufig unsicher: „Da fehlt doch ein Buchstabe" oder „Wird das Wort nun groß oder klein geschrieben?", „Wie ist das eigentlich mit der neuen Rechtschreibung?" usw. In dem Kurs lernen Sie die wichtigsten Regeln der deutschen Rechtschreibung und Zeichensetzung kennen und üben diese anzuwenden.

BEZF01 Annette Brumme
Do, 18.00–19.30 Uhr
ab 13. Februar 2014
10 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 62,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum 3.01

Rechnen von Anfang an

Zusammenzählen, Abziehen, Malnehmen, Teilen: Wie ging das noch mal genau? Wer alte Schulkenntnisse auffrischen oder im Umgang mit Geld sicherer werden will, weil immer wieder Unsicherheiten auftreten, kann diesen Kurs besuchen. Der Kurs richtet sich vor allem an Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus der Lebenshilfe Braunschweig gGmbH.

BEZG01 Waltraud Cordes
Mo, 17.30–19.30 Uhr, ab 10. Februar 2014
15 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 31,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum E.05

„Happy Hour", „Sale" und „Flatrate"

Die ganze Stadt ist voll mit englischen Begriffen. Wie werden sie ausgesprochen und was bedeuten sie überhaupt? Das alles und noch viel mehr lernen Sie in dem Kurs „Englisch im Alltag". Neben vielen englischen Begriffen, die uns im Alltag begegnen üben Sie einfache Wörter und Sätze in entspannter Atmosphäre mit Spiel und Spaß, um z. B. im Urlaub nach dem Weg zu fragen oder ein Essen zu bestellen.

Kursbeginn, Kursort und Unterrichtszeit
nach Absprache, 10 Termine
Gebühr: 2,- Euro pro Termin
Anmeldungen und Information:
Ute Koopmann, Telefon 0531 2412-210
ute.koopmann@vhs-braunschweig.de

vhs//arbeit
VHS Arbeit und Beruf GmbH

Berufspraktische Weiterbildung für Langzeitarbeitslose mit Lese- und Schreibproblemen

Grundbildung für die Arbeitswelt und Arbeit mit dem ProfilPass

Diese Maßnahme richtet sich an langzeitarbeitslose Erwachsene deutscher Muttersprache oder mit guten Deutschkenntnissen.

Die Maßnahme dauert max. 8 Monate.

Vollzeit oder Teilzeit. Einstieg jederzeit nach Beratung möglich. Voraussetzung zur Teilnahme ist ein Bildungsgutschein vom Jobcenter oder der Agentur für Arbeit.

Information und Beratung:
Barbara Jördening, Telefon 2412-432

Studieren ohne Abitur?

Auch ohne Abitur ist es möglich zu studieren. Durch die Änderung der Hochschulzulassung in Niedersachsen wurden die Hürden zwischen beruflicher und hochschulischer Bildung weiter gesenkt. Doch wie sehen die Möglichkeiten genau aus?

Hochschulzugang für beliebige Fachrichtungen

Wenn Sie einen der folgenden Berufsabschlüsse haben, können Sie damit auch ohne Abitur ein beliebiges Studienfach studieren:

- **Meisterprüfung**
- **Staatlich geprüfte/-r Techniker/-in**
- **Staatlich geprüfte/-r Betriebswirt/-in**

© Alexander Raths / fotolia

Hochschulzugang für bestimmte Fachrichtungen

Fachgebundener Hochschulzugang für beruflich Qualifizierte („3plus3“)

Wenn Sie nach einer dreijährige Berufsausbildung eine mindestens dreijährige Berufspraxis in Ihrem Beruf haben, können Sie fachbezogen studieren, also einen Studiengang belegen, der zu Ihrem Beruf passt. Die einzelnen Hochschulen legen fest, welche Studiengänge zu Ihrem Beruf passen.

Im Internet finden Sie eine Liste der Studiengänge, die Sie aufgrund Ihrer beruflichen Erstausbildung und der anschließenden Berufserfahrung an der TU Braunschweig studieren können:

www.tu-braunschweig.de/studieninteressierte/studieren-ohne-abitur

Hochschulzugang für beliebige Fachrichtungen nach vorheriger Zulassungsprüfung

Immaturenprüfung

Wenn Sie ohne Abitur ein bestimmtes Fach studieren möchten ohne die zuvor genannten Voraussetzungen zu erfüllen, können Sie eine Zulassungsprüfung ablegen. Dazu entscheiden Sie sich für ein bestimmtes Studienfach, legen dafür die Prüfung ab und dürfen anschließend dieses Fach studieren.

Zur Vorbereitung bietet die Volkshochschule Immaturenkurse an, die Sie optimal auf die Prüfung vorbereiten.

Offene Hochschule

OHN Offene Hochschule Niedersachsen – Kompetent mehr erreichen

Wir machen Studierende ohne Abitur fit für das Studium

Eine Zugangsberechtigung zum Studium ist nicht alles!

Nach Jahren im Beruf fällt das Lernen am Schreibtisch oft nicht leicht. Lern- und Arbeitstechniken, die für das Studium unerlässlich sind, sowie für viele Studiengänge wichtige Deutsch- und Sprachkenntnisse wurden oft an den seinerzeit besuchten Schultypen nicht in der notwendigen Tiefe vermittelt. Um Studienanfängern leidvolle Erfahrungen zu ersparen bietet die TU Braunschweig zusammen mit der Arbeit und Leben gGmbH und der Volkshochschule Braunschweig GmbH im Rahmen des Projekts „Offene Hochschule“ Vorbereitungskurse an, die Sie für das Studium fit machen. Neben Mathematik Sek I und Sek II, Grundtechniken des wissenschaftlichen Arbeitens und Tutorium „Ankommen im Uni- Alltag“ bieten wir regelmäßig zum Studienstart einen Stammtisch für Erstsemester an. Ein Einstieg ist jederzeit möglich, die Angebote sind kostenfrei.

OFFENE HOCHSCHULE www.tu-braunschweig.de/oh — www.tu-braunschweig.de/studieninteressierte/studieren-ohne-abitur

Bildungsvereinigung ARBEIT UND LEBEN Niedersachsen — www.arbeitundleben-nds.de

vhs Volkshochschule Braunschweig GmbH — www.vhs-braunschweig.de

in Zusammenarbeit mit

vhs

Bildungsvereinigung ARBEIT UND LEBEN Nds. Ost gGmbH

Studium ohne Abitur Vorbereitungskurs

Dieser Kurs richtet sich an Interessenten, die die Immaturenprüfung ablegen wollen. Gleichzeitig bereitet er intensiv auf das spätere Studium vor, so dass er auch für Teilnehmer interessant sein kann, die bereits aufgrund ihrer beruflichen Qualifikation eine Hochschulzugangsberechtigung haben.

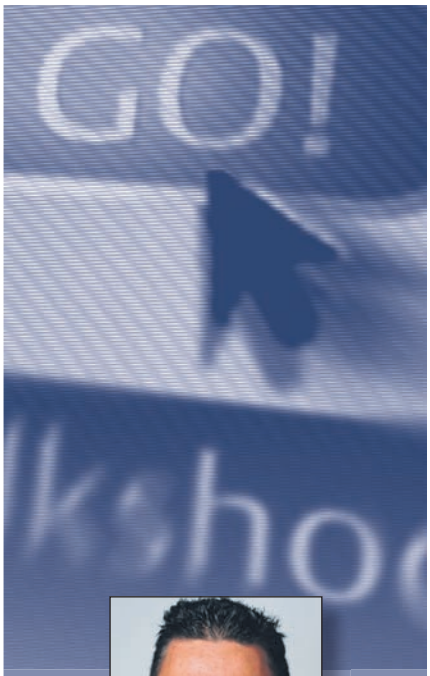
Unter bestimmten Voraussetzungen kann für diesen Kurs die staatliche Bildungsprämie beantragt werden. Gerne schicken wir Ihnen unser ausführliches Informationsblatt zu.

Eine Teilnahme ist nur nach vorheriger Beratung möglich. Wir beraten Sie gerne über die verschiedenen Zugangsmöglichkeiten. Bitte rufen Sie uns an und vereinbaren Sie einen Gesprächstermin (Tel. 0531 2412-210).

BDZS01 Verschiedene Dozenten

Mo, Di, Mi, 18.00 – 21.15 Uhr
ab 13. Januar 2014
800,- €, zusätzlich 100,- € Prüfungsgebühr
Volkshochschule Haus Reichsstraße 22
1. Stock Raum 1.1

1. Halbjahr 2014



Lehrgangssysteme im Bereich EDV Seite 104

EDV – Grundlagen Seite 105

Office-Programme Seite 107

Bildbearbeitung / Layouten Seite 110

Internet / Online-Publishing Seite 112

PC-Systembetreuung Seite 114

Programmiersprachen Seite 115

EDV für Senioren Seite 117

Lehrgangssysteme „Kaufmännische Praxis“ Seite 120

Kaufmännische Praxis Seite 121

Einkommensteuer / Immobilien / kfm. Rechnen Seite 124

Tastschreiben Seite 126

Büroorganisation und Bürotechnik Seite 127

Dirk Steinhagen
Fachberatung

Heike Derner-Sewe
Fachberatung

Sabine Jackmann
Sachbearbeiterin

Lehrgangssysteme im Bereich EDV

Xpert

Xpert - Europäischer ComputerPass (ECP)

Pflichtmodul

Xpert Starter

Wahlmodule

Textverarbeitung Basics

Präsentation

Tabellenkalkulation

Kommunikation / Organisation

Datenbankanwendung

Das Lehrgangssystem vermittelt umfassende Kenntnisse in den gängigen Office-Programmen.

Die Lehrgänge zu den Bausteinen des Xperts richten sich an Teilnehmer aus dem privaten und öffentlichen Dienstleistungs- und Verwaltungsbereich sowie aus dem kaufmännischen Bereich von Handels- und Industriebetrieben, an Selbständige aus Klein- und Mittelbetrieben sowie an Privat-Nutzer.

ComputerPass Xpert

Nach erfolgreicher Absolvierung des Pflichtmoduls „Xpert Starter“ sowie zweier Wahlbausteine, wird der Abschluss „Europäischer ComputerPass Xpert“ erreicht.

ComputerPass Xpert Master

Nachdem zwei weitere Module erfolgreich absolviert wurden, wird der Abschluss „Europäischer ComputerPass Xpert Master“ erworben.

R2 Xpert Online

Die Volkshochschule Braunschweig GmbH bietet als akkreditiertes Testcenter die Möglichkeit, Online-Prüfungen für folgende Module abzulegen:

- Basiszertifikat
- Xpert Starter
- Textverarbeitung
- Präsentation
- Tabellenkalkulation
- Datenbankanwendungen

FK-IT

Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke (VHS)

PC-Technik und Konfiguration

PC-Systemsupport

Netzwerk- und Internettechnik

Windows Server

Datenschutz / Datensicherheit

LINUX

Neben der Installation von Betriebssystemen und Anwenderprogrammen, zählen das Aufspüren und Beheben von Hard- und Softwarefehlern sowie die Organisation des Benutzerservices zu den Aufgaben von IT-Fachkräften. Das Lehrgangssystem vermittelt umfassende Kenntnisse in den Bereichen, Betriebssysteme, Netzwerke, Hardware (Installation, Reparatur, Erweiterung) und Anwenderunterstützung).

Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke (VHS)

Das ehemalige Lehrgangssystem „PC-Betreuer (VHS)“ wird erweitert um das Modul „Datenschutz / Datensicherheit“ und schließt nach erfolgreichem Abschluss von vier der sechs Module mit dem Gesamtzertifikat „Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke (VHS)“ ab.

abc *An den verschiedenen Symbolen erkennen Sie die Kurse, die zu einem Lehrgangssystem passen.*

CMS Onl.

CMS Online-Designer (VHS)

Basismodul 1

(X)HTML und CSS

Basismodul 2

Dynamische Webseiten mit PHP und MySQL

Wahlmodule 3a und 3b

CMS JOOMLA!

CMS TYPO3

Das modulare System bietet dem Onlinetechnik-Interessierten eine fundierte Einarbeitung in die aktuellen Aspekte moderner Website-Technologien.

Das Ziel ist der optimale, professionelle Einsatz der verschiedenen Online-Design-Konzepte - von statischen Websites bis hin zu Content Management Systemen - basierend auf dynamischen serverseitigen Scriptsprachen und Datenbanken.

CMS Online-Designer (VHS)

Nach erfolgreicher Prüfungsteilnahme an den Basismodulen I und Basismodul II sowie einem Wahlmodul des „CMS Online Designer“ erhalten Teilnehmende das Gesamtzertifikat.

Jedes Lehrgangssystem besteht aus mehreren Einzelmodulen, welche mit landeseinheitlichen Prüfungen abgeschlossen werden (Prüfungsgebühr 50 €, nicht in der Kursgebühr enthalten). Über jede erfolgreich abgeschlossene Modulprüfung wird ein Zertifikat ausgestellt. Wenn Sie die genannten Prüfungen eines Lehrgangssystems bestehen, erhalten Sie zusätzlich das jeweilige Gesamtzertifikat.

Grundlagen der EDV - Xpert-Starter

Xpert Büro-FK

Dieser Kurs richtet sich an alle, die eine grundlegende Einführung in die Arbeit mit dem PC suchen. Der Xpert-Basis-Baustein soll Sie in die Lage versetzen, einen Computer mit Windows sicher zu bedienen und die wichtigsten Anwendungsbereiche des Internets zu nutzen. Praxisorientiertes Arbeiten mit typischen Anwendungssituationen steht im Mittelpunkt des Kurses.

Lehrgangsinhalte:
- Bedienung der Benutzeroberfläche von Windows 7
- Verwaltung von Objekten (Datenträger, Ordner und Dateien) mit dem Windows-Explorer
- Arbeiten im Internet
- E-Mails schreiben und verwalten
- Kennenlernen von grundlegenden Arbeitsabläufen eines Officeprogrammes am Beispiel der Textverarbeitung Word 2010
- Vorbereitung auf die Xpert-Prüfung

Einzelheiten zur Prüfung finden Sie in der Übersicht zum Lehrgangssystem.

EWE01 Dr. Otto Harneit
Mo, 19.00–21.15 Uhr, ab 03. März 2014
14 Termine, 42 Unterrichtsstunden, 185,- €
inkl. Lehrbuch
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.01

EWE02 Dr. Otto Harneit
Wochenendseminar
Fr 09. - Sa 10. Mai 2014, Fr 16. - Sa 17. Mai 2014
Fr 23. - Sa 24. Mai 2014, Fr, 17.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr
6 Termine, 39 Unterrichtsstunden, 172,- €
inkl. Lehrbuch
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

EWE03BU Holger Lembke
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 24.03. - Fr 28.03.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 176,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

EFB03 Silke Scarano
vormittags ab 12.03.2014; weitere Informationen siehe Bereich Frau und Beruf

Einführung in die EDV - Windows, Textverarbeitung und Internet

Dieser Lehrgang bietet Teilnehmern ohne oder mit geringen Vorkenntnissen einen praxisbezogenen Einstieg in die Arbeit mit dem PC. Nach einer Einführung in das
- Betriebssystem Windows 7 mit Übungen zu elementaren Funktionen, Dateiverwaltung und Festplattenorganisation werden mit der
- Textverarbeitung Word 2010 die Kenntnisse vermittelt, einen Text einzugeben und zu bearbeiten sowie zum Thema
- Internet praktische Anwendungen wie WWW und E-Mail behandelt.

EWE10BU Ohannes Merinjan
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 02.06. - Fr 06.06.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 176,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

FWE12BU Ohannes Merinjan
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 15.09.- Fr 19.09.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 176,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

Bildungsurlaubslehrgänge

Eine chronologische Übersicht aller Bildungsurlaube finden Sie im Anfangsbereich des Programmheftes.

Einführung in die EDV - Windows und Textverarbeitung (halbtags)

Dieses Halbtagsseminar bietet Teilnehmern ohne oder mit geringen Vorkenntnissen einen praxisbezogenen Einstieg in die Arbeit mit dem PC. Nach einer Einführung in das
- Betriebssystem Windows 7 mit Übungen zu elementaren Funktionen, Dateiverwaltung und Festplattenorganisation werden mit der
- Textverarbeitung Word 2010 die Kenntnisse vermittelt, einen Text einzugeben und zu bearbeiten.

Halbtagskräfte können dieses Seminar als Bildungsurlaub beim Arbeitgeber beantragen.

EWE21BU Vera Spanger
Halbtagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 24.03. - Fr 28.03.2014, 08.30–11.45 Uhr
5 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 88,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

PC kompakt - Das Einsteigerseminar mit Windows 7

Am Einzelplatz-PC mit einem installierten Windows 7 werden die Teilnehmer strukturiert in das Betriebssystem eingeführt. Von der Handhabung der Oberfläche, über die Dateiverwaltung bis hin zur Benutzung des Internet Explorers werden wichtige Themen des Seminars sein. Gängige Elemente der Systemsteuerung und die Benutzerverwaltung werden behandelt. Tipps und Tricks zu Windows 7 runden den Lehrgang ab.

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Xpert-Prüfungen

Die jeweiligen Prüfungen sind nicht Bestandteil des Lehrgangs.

Anmeldungen zur Prüfung finden direkt im Kurs statt. Die Gebühr für eine Xpert-Prüfung beträgt 50,- €.

EWE30 Dr. Otto Harneit
Fr 28. Februar - So 02. März 2014
Fr, 17.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
3 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 89,- €
inkl. Lehrbuch
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.01

FWE30 Dr. Otto Harneit
Fr 19. - So 21. September 2014
Fr, 17.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
3 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 89,- €
inkl. Lehrbuch
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.01

Windows 7 für Ein-und Umsteiger

Dieses Seminar richtet sich an Interessenten ohne Vorkenntnisse oder auch an Umsteiger mit geringen Kenntnissen aus einer anderen Windows-Version, die sich schnell einen Einblick in das Betriebssystem verschaffen wollen. Neben den Grundfunktionen lernen Sie die wichtigsten Bestandteile von Windows 7 kennen und erhalten einen umfangreichen Einblick in die Dateiverwaltung. Des Weiteren beschäftigen wir uns mit der Systemsteuerung und den vielfältigen Einstellmöglichkeiten und Sicherheitsaspekten des Betriebssystems. Das Zusatzpaket „Windows Essentials", welches wichtige Zusatzprogramme bietet, wird installiert und die einzelnen Bestandteile erklärt.

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

DWE33 Dr. Otto Harneit
Fr 24. - So 26. Januar 2014, Fr, 17.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
3 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 89,- €
inkl. Lehrbuch
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.01

EWE34 Dr. Otto Harneit
Fr 25. - So 27. Juli 2014, Fr, 17.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
3 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 89,- €
inkl. Lehrbuch
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.01

Windows 8 für Umsteiger

Das neue Microsoft Betriebssystem Windows 8 ist verfügbar und präsentiert sich mit seiner Metrostyle Oberfläche in einer neuen Optik. Dieser Lehrgang richtet sich an Anwender, die von einem Vorgänger Betriebssystem umsteigen. Er bietet einen strukturierten Überblick in das Betriebssystem und nimmt Bezug auf die wichtigsten Neuerungen. Im Vordergrund stehen die Bedienungen der neuen Kacheloberfläche sowie die Ordner und Dateiverwaltung, Einblicke in die neue Version des Internet Explorers sowie Sicherheitsaspekte komplettieren diesen Lehrgang.

Inhalte:
- Die neue metrostyle Oberfläche, Fingerbedienung

- Dateiverwaltung mit dem neuen Explorer, Suchen & Finden
- Lesezeichen/Suchen/Pfiffig Surfen mit dem Internet Explorer 10
- Apps nutzen, neue Funktionen der Taskleiste

Teilnahmevoraussetzungen:
Kenntnisse im Umgang mit Windows 7

EWE35 Holger Lembke
Fr 20. - So 22. Juni 2014, Fr, 17.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
3 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 89,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Windows 8 auf dem Laptop

Fast alle neuen Laptops werden heute mit dem neuen Betriebssystem von Microsoft Windows 8 ausgeliefert. Doch auch erfahrene Nutzer von vorangegangenen Versionen haben Probleme mit der Bedienung der neuen Metrostyle Oberfäche.

Dieser Lehrgang vermittelt alle notwendigen Kentnisse um Ihren Laptop mit Windows 8 optimal einzustellen. Darüber hinaus wird die Datei- und Programmverwaltung insbesondere die Apps Oberfläche behandelt. Weitere Tipps und Tricks auch um unter Windows 8 die gewohnte Start Oberfläche zu nutzen runden den Kurs ab.

Teilnahmevoraussetzungen:
Keine Vorkentnisse erforderlich

DWE37 Merle Hübner
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 18. Januar 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 40,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

EWE38 Merle Hübner
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 22. März 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 40,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

FWE38 Merle Hübner
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 20. September 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 40,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Apple Macs „Mountain Lion“ in freier Wildbahn

In diesem Kurs wird Ihnen praxisgerecht gezeigt wie Sie die ersten Versuche mit Ihrem Mac erfolgreich bestehen können. Dabei ist es egal ob Sie Um- oder Neu-Einsteiger sind, es ist auch egal ob Sie einen iMac, MiniMac oder ein MacBook Ihr Eigen nennen. Es werden in diesem Kurs Grundlagen des Mac 10.8.x vermittelt. Sie bringen Ihr eigenes Gerät mit, um dort direkt die Übungen mit zu machen um es später zuhause besser nachvollziehen zu können.

Inhalte:
- Der Desktop (Festplatten und Progz)
- Der Finder (Dateien finden und ablegen)
- Die Docks (Ablegen und da lassen)
- Der App-Store (Kaufen oder doch Gratis)
- Das Dashboard (kleine wichtige Progz)
- Die möglichen Einstellungen (Maus, Bluetooth)
- Die Anwendungen (Kontakte, Kalender)
- Das Internet (Safari und Einstellungen)
- Time Maschine (alles wird gesichert)
- Freeware (Helferlein in der Not)
- Benutzer (wer darf denn was?)
- iCloud (neues Modewort oder doch nützlich)

Teilnahmevoraussetzungen:
Das Mitbringen eines Macs ist zwingend erforderlich.

FWE41 Klaus Fabian
Sa 02. - So 03. August 2014
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
2 Termine, 13 Unterrichtsstunden, 79,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Apple iPad und iPhone

Sie haben sich ein Apple iPhone oder iPad zugelegt und möchten nun mehr über dieses innovative Kommunikationsmittel wissen?

Dieser Kurs zeigt Ihnen, wie Sie Ihr iPad oder iPhone optimal nutzen können. Schwerpunkte sind die Benutzeroberfläche des Apple iOS und deren Bedienung, die App Verwaltung und die Schnittstelle iTunes sowie verschiedene Sicherheitsaspekte.

Kursinhalte:
- Die Konfiguration (Apple-ID, E-Mail Konten, Systemeinstellungen)
- Bedienung der Oberfläche, Touchscreen-Funktionen (Fingergesten)
- E-Mail, SMS und MMS
- Rund um den App und iTunes Store (Musik, Filme, Programme usw.) sowie das übertragen auf das iPad.
- iBook Store (E-Books und PDF-Dokumente)
- Tipps und Tricks

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Das Mitbringen eines eigenen Geräts ist zwingend erforderlich.

EWE42 Klaus Fabian
Sa 08. - So 09. Februar 2014
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
2 Termine, 13 Unterrichtsstunden, 79,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

EWE43 Klaus Fabian
Sa 10. - So 11. Mai 2014
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
2 Termine, 13 Unterrichtsstunden, 79,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

EWE44 Klaus Fabian
Sa 19. - So 20. Juli 2014
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
2 Termine, 13 Unterrichtsstunden, 79,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Bildungsurlaubslehrgänge

Eine chronologische Übersicht aller Bildungsurlaube finden Sie im Anfangsbereich des Programmheftes.

Android Smartphone und Tablet

Sie haben sich ein Smartphone oder Tablet mit Android Oberfläche zugelegt und möchten mehr über das freie Google Betriebssystem erfahren. Der Kurs richtet sich an Nutzer, die im Umgang mit den Geräten mehr Sicherheit erlangen möchten, Sicherheitsrisiken minimieren und viele weitere nützliche Funktionen kennenlernen wollen.

Inhalte: Lernen Sie praxisorientiert die Grundfunktionen Ihres Android Smartphones und Tablets kennen, wie Einstellungen, Telefonie, SMS, E-Mail, Kalender, Internet und Fotos. Erfahren Sie, wie Sie sich im Play Store anmelden und Apps laden und verwalten. Eine Auswahl an wichtigen Apps, die auf keiner Android Oberfläche fehlen sollten, werden vorgestellt. Zudem wird die Synchronisation mit verschiedenen Diensten behandelt.

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Das Mitbringen eines eigenen Geräts ist zwingend erforderlich.

EWE50 Bernd Müller
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 15. Februar 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 40,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

EWE51 Mika Koopmann
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 26. April 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 40,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

EWE52 Mika Koopmann
So, 09.00–16.00 Uhr am 27. April 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 40,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

EWE53 N.N.
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 05. Juli 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 40,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

EWE54 N.N.
So, 09.00–16.00 Uhr am 06. Juli 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 40,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

Weitere Termine siehe Internet oder auf Anfrage im Fachbereich

Das interaktive Whiteboard

Wir bieten Seminare nach Ihren Wünschen an und machen Ihnen gern kurzfristig ein Angebot:
Telefon 05 31 2412-180
oder: info@vhs-braunschweig.de

Arbeiten mit dem interaktiven Whiteboard

Interaktive Whiteboards bieten völlig neue Dimensionen für Schulungen, Präsentationen, Unterricht und Besprechungen. Dieser Kurs zeigt Ihnen den Umgang mit dieser Technologie auf. Sie erlernen anhand von praktischen Beispielen wie Sie die interaktiven Whiteboards optimal nutzen können.

Teilnahmevoraussetzungen:
Sicherer Umgang mit einem Windows Betriebssystem.

EWE80 Merle Hübner
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 22. Februar 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 80,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

EWE81 Merle Hübner
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 12. Juli 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 80,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Textverarbeitung mit Word

Textverarbeitung Basics mit Word 2010

Xpert FK-Office Büro-FK

Word bietet eine Vielzahl von Möglichkeiten, Text komfortabel zu gestalten. In diesem Lehrgang werden die wichtigsten Textverarbeitungsfunktionen behandelt:

- Texte erstellen, bearbeiten und gestalten (Absatz-, Seitenformatierung, Aufzählung, Nummerierung)
- Arbeiten mit Textbausteinen, Erstellen eigener Dokumentvorlagen
- Tabellen einrichten und bearbeiten
- Arbeiten mit Serienbriefen
- Vorbereitung auf die Xpert-Prüfung

Teilnahmevoraussetzungen:
Lehrgang „Grundlagen der EDV“ oder entsprechende Windowskenntnisse sind unbedingt erforderlich.
Einzelheiten zur Prüfung finden Sie in der Übersicht zum Lehrgangssystem.

EWF02 Elke Meyerdierks
Di, 18.00–21.15 Uhr, ab 18. März 2014
11 Termine, 44 Unterrichtsstunden, 198,- €
inkl. Lehrbuch
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

EWF05BU Elke Meyerdierks
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 05.05. - Fr 09.05.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 180,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

EFB05 Silke Scarano
vormittags ab 26.05.2014; weitere Informationen siehe Bereich Frau und Beruf

Word 2010 - der schnelle Einstieg

Dieses Seminar gibt Ihnen einen schnellen und übersichtlichen Einblick in die Welt der Textverarbeitung. Sie möchten schnell und strukturiert Texte erstellen, formatieren und ausgeben? Dann bietet dieser Kurs das nötige KnowHow. Hauptthemen sind Text und Absatzformatierung, Kopf- und Fußzeilen Aufzählung und Gliederung bis hin zum Serienbrief.

Teilnahmevoraussetzungen:
sichere Windows-Kenntnisse

EWF07 N.N.
Do, 18.00–21.15 Uhr, ab 08. Mai 2014
4 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 79,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Word 2010 professionell einsetzen

Dieses Seminar richtet sich an erfahrene Word-Anwender, die im Arbeitsalltag mehr als die Grundfunktionen von Word nutzen wollen. Im Lehrgang werden fortgeschrittene Anwenderkenntnisse zu folgenden Themenbereichen vermittelt:

- Dateiverwaltung
- Serienbriefe mit bestimmten Bedingungen
- Druckformate
- Rechenfunktionen
- Gliederung/Inhaltsverzeichnis
- Import/Export von Fremddaten
- Import von Grafiken

Teilnahmevoraussetzungen:
Sichere Wordkenntnisse entsprechend des Kurses „Textverarbeitung Basics“.

DWF09BU Elke Meyerdierks
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 20.01. - Mi 22.01.2014, 08.30–16.00 Uhr
3 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 125,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

EWF10BU Elke Meyerdierks
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 23.06. - Mi 25.06.2014, 08.30–16.00 Uhr
3 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 125,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

Word 2010 für die berufliche Praxis

Der Umgang mit einer modernen Textverarbeitung ist aus dem Büroalltag nicht mehr wegzudenken.

Trotz der täglichen Anwendung kommt man selbst als erfahrener Anwender häufig an seine Grenzen und es müssen Kollegen oder Administratoren zur Hilfe gerufen werden. Hier setzt der Lehrgang an.

Im Kurs werden Funktionen aus der Textverarbeitung, welche speziell für die Berufspraxis wichtig sind, vorgestellt. Darüber hinaus versteht sich der Lehrgang als Workshop, so daß Sie als Teilnehmer/in Ihre spezifischen Probleme und Wünsche in den Kurs mit einbringen.

Basisinhalte sind u. a.: Änderungen nachverfolgen, Fuß- und Endnoten setzen, Serienbriefe professionell einsetzen, Etikettendruck, Inhaltsverzeichnisse, Format- und Dokumentvorlagen.

Teilnahmevoraussetzungen:
Anwenderkenntnisse in der Textverarbeitung

DWF12 Elke Meyerdierks
Fr 24. - So 26. Januar 2014, Fr, 17.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.00 Uhr, So, 09.00–13.30 Uhr
3 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 89,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

EWF13 Elke Meyerdierks
Fr 11. - So 13. Juli 2014, Fr, 17.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.00 Uhr, So, 09.00–13.30 Uhr
3 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 89,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

Tabellenkalkulation mit Excel

Tabellenkalkulation mit Excel 2010

Xpert FK-Office

Das Arbeiten mit Excel wird an typischen Anwendungsbeispielen (z. B. Umsatzanalyse, Budgetkontrolle, Rentabilitätsrechnung) erlernt. Inhalte:

- Einsatzbereiche und Anwendungskonzepte
- Aufbau von Kalkulationstabellen
- Verwendung von Formeln
- Einsatz von Kalkulationsmodellen
- Speichern und Ausdrucken von Daten und Ergebnissen
- Darstellung der Ergebnisse in Präsentationsgrafiken
- Vorbereitung auf die Xpert-Prüfung

Teilnahmevoraussetzungen:
Lehrgang „Grundlagen der EDV“ oder entsprechende Windowskenntnisse sind unbedingt erforderlich. Einzelheiten zur Prüfung finden Sie in der Übersicht zum Lehrgangssystem.

EWF20 Ohannes Merinjan
Mi, 18.00–21.15 Uhr, ab 26. März 2014
12 Termine, 48 Unterrichtsstunden, 203,- €
inkl. Lehrbuch
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

DWF21BU Ohannes Merinjan
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 13.01. - Fr 17.01.2014, 08.00–16.00 Uhr
5 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 203,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

EWF21BU Ohannes Merinjan
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 19.05. - Fr 23.05.2014, 08.00–16.00 Uhr
5 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 203,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

FWF21BU Ohannes Merinjan
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 22.09. - Fr 26.09.2014, 08.00–16.00 Uhr
5 Termine, 45 Unterrichtsstunden, 203,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

EFB07 Merle Hübner
vormittags ab 05.06.2014; weitere Informationen siehe Bereich Frau und Beruf

Excel 2010 - der schnelle Einstieg

Dieser Kurs bietet eine schnelle Einführung in die typischen Aufgaben der Tabellenkalkulation. Planung und Realisierung von Tabellen mit Formeln und Rechnen mit Datum und Uhrzeit, der Umgang mit Daten und die Darstellung in Form von Diagrammen.

Teilnahmevoraussetzungen:
Sichere Windowskenntnisse

EWF23 Merle Hübner
Mo, 19.00–21.15 Uhr, ab 28. April 2014
6 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 83,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Einführung in Excel 2010

Dieser Kurs führt anhand von täglichen Alltagsaufgaben in die praktische Arbeit mit Excel 2010 ein.

Themen: Aufbau von Kalkulationstabellen, Verwendung von Formeln und Funktionen, Speichern und Ausdrucken von Daten und Ergebnissen, Darstellung der Ergebnisse in Präsentationsgrafiken, relative und absolute Bezüge, Zahlenformate, Namensvergabe, Verknüpfen verschiedener Excel-Dokumente.

Teilnahmevoraussetzungen:
Sichere Windowskenntnisse

EWF25BU Vera Spanger
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 07.07. - Fr 11.07.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 180,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

Excel 2010 professionell einsetzen

Dieses Seminar richtet sich an erfahrene Excelanwender, die im Arbeitsalltag mehr als die Grundfunktionen von Excel 2010 nutzen wollen. Inhalte:

- komplexe Kalkulationsmodelle entwickeln und umsetzen
- Arbeitsergebnisse dokumentieren
- Objekte in Arbeitsblätter einfügen
- Datenlisten erstellen und auswerten
- Datenanalyse mit Pivot-Tabellen
- Diagramme erstellen und überarbeiten
- Grundlagen der Makro-Programmierung (Makro-Recorder) und Anwendung

Teilnahmevoraussetzungen:
Excelkenntnisse entsprechend der Kurse „Tabellenkalkulation mit Excel“ bzw. „Einführung in Excel“

EWF29BU Götz Beigel
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 30.06. - Fr 04.07.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 220,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

Unschlüssig,
welcher Kurs für Sie der richtige ist?
Lassen Sie sich beraten!

Excel 2010 effektiv einsetzen

Auf den vorhandenen Grundkenntnissen der Teilnehmer aufbauend wird der effiziente Einsatz von Excel vermittelt. Sie erfahren, wie man die Automatismen von Excel richtig nutzen kann, wie Berechnungen durch die Funktionen von Excel vereinfacht werden können und wie Sie die Fehler in Kalkulationsmodellen aufspüren und beseitigen bzw. von vorn herein vermeiden können. Inhalte:

- effektive Dateneingabe und -korrektur
- Arbeiten mit Bezügen
- Formeln und Funktionen
- bedingte Formatierung

Teilnahmevoraussetzungen:
Grundlegende Excelkenntnisse

DWF31 Götz Beigel
Fr 10. - Sa 11. Januar 2014
Fr, 17.00–21.15 Uhr, Sa, 09.00–16.30 Uhr
2 Termine, 13 Unterrichtsstunden, 65,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

EWF31 Götz Beigel
Fr 28. - Sa 29. März 2014
Fr, 17.00–21.15 Uhr, Sa, 09.00–16.30 Uhr
2 Termine, 13 Unterrichtsstunden, 65,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.01

EWF32 Götz Beigel
Fr 04. - Sa 05. Juli 2014
Fr, 17.00–21.15 Uhr, Sa, 09.00–16.30 Uhr
2 Termine, 13 Unterrichtsstunden, 65,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.01

Excel 2010: Formeln und Funktionen

Die Anwendung von Formeln und Funktionen wird vertieft und erweitert. Dabei wird besonders auf das Zusammenspiel von unterschiedlichen sowie geschachtelten Funktionen geachtet.

Besonders geeignet für Excel-Anwender, die häufig Berechnungen und Auswertungen in Tabellenblättern durchführen.

Inhalte u. a. Verweis- und Indexfunktionen, Statistische Analysefunktionen, Finanzmathematische Funktionen, Mehrfachoperationen

Teilnahmevoraussetzungen:

Excel-Grundkenntnisse

EWF33 Götz Beigel
Fr 09. - Sa 10. Mai 2014
Fr, 17.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr
2 Termine, 13 Unterrichtsstunden, 65,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.01

Excel 2010 für die berufliche Praxis

Microsoft Excel ist die am weitesten verbreitete Tabellenkalkulation am Markt und bietet eine Vielzahl von Möglichkeiten der Tabellengestaltung, Kalkulation und Diagrammerstellung.

Viele Nutzer von Excel kennen das Problem, daß eine große Tabelle mit komplexen Formeln erstellt werden soll und auch der geübte Anwender jetzt häufig auf Grenzen stößt.

Dieser Lehrgang greift Probleme aus dem Büroalltag von Excel auf. In Form eines Workshops sollen hier Ihre spezifischen Schwierigkeiten mit Excel angesprochen und im Team erarbeitet werden.

Basisinhalte: Gängige Formeln und Funktionen des Büroalltags, Diagramme optimieren, große Tabellen, Einführung in Pivot Tabellen.

Teilnahmevoraussetzungen:
Anwenderkenntnisse in der Tabellenkalkulation

EWF35 Ohannes Merinjan
Fr 20. - So 22. Juni 2014
Fr, 17.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.00 Uhr, So, 09.00–13.30 Uhr
3 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 89,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.01

Einführung in Excel 2010 für Schüler/-innen (12-16 Jahre)

Du erlernst in praktischen Übungen die wichtigsten Funktionen einer modernen Tabellenkalkulation anzuwenden.

- Aufbau von Kalkulationstabellen
- Einfache Formeln und Funktionen
- Relative und absolute Adressen
- Speichern und Ausdrucken von Daten und Ergebnissen

Teilnahmevoraussetzungen:
Sicherer Umgang mit dem PC.

EWF38 Merle Hübner
Vormittagskurs in den Osterferien
Do, 03. April 2014, 09.00–13.00 Uhr
Fr, 04. April 2014, 09.00–13.00 Uhr
2 Termine, 10 Unterrichtsstunden, 53,- €
Keine weitere Schülerermäßigung möglich.
Gebühr Geschwisterkind 39,- €.
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

EWF39 Merle Hübner
Vormittagskurs in den Sommerferien
Do, 31. Juli 2014, 09.00–13.00 Uhr
Fr, 01. August 2014, 09.00–13.00 Uhr
2 Termine, 10 Unterrichtsstunden, 53,- €
Keine weitere Schülerermäßigung möglich.
Gebühr Geschwisterkind 39,- €.
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

Kursangebote nach Maß

Ihre Mitarbeiter, Ihre Abteilung, Ihre Gruppe oder Sie benötigen Unterricht, der passgenau auf Ihre zeitlichen und inhaltlichen Bedürfnisse abgestimmt ist? Wir machen Ihnen gerne kurzfristig ein Angebot: Telefon 0531 2412-0
info@vhs-braunschweig.de

Präsentationen mit PowerPoint

PowerPoint 2010 kompakt

Anderen mal schnell ein Arbeitsergebnis oder eine Idee auf dem Bildschirm oder mittels einer Projektion vorzuführen, wird mit PowerPoint sehr erleichtert. Außerdem eignet sich das Programm hervorragend zum Erstellen von Folien, Handzetteln oder auch kompletten Präsentationen.

Inhalte u. a.:

- Überblick über die Möglichkeiten von PowerPoint
- Einbinden und Bearbeiten von Texten, Grafiken, Cliparts, Tabellen und Diagrammen
- Grundlegende gestalterische Hinweise zum Aufbau einer Präsentation; Animation und Effekte

Teilnahmevoraussetzungen:
Sichere Windowskenntnisse

DWF41 Dr. Otto Harneit
Fr 10. - So 12. Januar 2014
Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
3 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 85,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.01

EWF40 Dr. Otto Harneit
Fr 21. - So 23. Februar 2014
Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
3 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 85,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

EWF41 Dr. Otto Harneit
Fr 27. - So 29. Juni 2014
Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
3 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 85,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

EWF42BU Dr. Otto Harneit
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mi 11.06.2014 - Fr 13.06.2014, 08.30–16.00 Uhr
3 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 120,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

Präsentationen mit PowerPoint 2010

Xpert
FK-Office

In diesem Lehrgang werden mit Hilfe der modernen Präsentationssoftware MS PowerPoint 2010 grundlegende Kenntnisse und Fertigkeiten zu folgenden Schwerpunkten vermittelt:

- Erstellung von Overhead-Folien, Bildschirmshows, Handouts
- Präsentationsablauf
- Gestaltung von Texten, Bildern, Tabellen, Diagrammen, Organigrammen
- Folienvorlagen, Folienmaster
- Wirkungsvoller Farbeinsatz
- Typografische Grundregeln und Darstellungsstrategien
- Vorbereitung auf die Xpert-Prüfung

Teilnahmevoraussetzungen:
Vorkenntnisse entsprechend dem Lehrgang „Grundlagen der EDV“ unbedingt erforderlich.

Einzelheiten zur Prüfung finden Sie in der Übersicht zum Lehrgangssystem.

EWF45BU Dr. Otto Harneit
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 07.07.2014 - Fr 11.07.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 180,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

EFB08 Merle Hübner
vormittags ab 13.03.2014; weitere Informationen siehe Bereich Frau und Beruf

Kommunikation mit Outlook

Kommunikation und Organisation mit Outlook 2010

Xpert
FK-Office

Die tägliche Arbeitsorganisation im Büro ist eine der mühevollsten Angelegenheiten: Kalender mit Terminen führen, an Termine erinnert werden, Besprechungen planen, E-Mails schreiben und organisieren, Kontakte mit Telefonnummern und E-Mail-Adressen erfassen, an Aufgaben denken und sie bis zu einem bestimmten Zeitpunkt erledigen.

Mit Outlook lassen sich solche Aufgaben unter einer einzigen übersichtlichen Oberfläche zusammengefasst erledigen. Im Verbund mit einem Exchange-Server ergeben sich weitere Möglichkeiten: der gemeinsame Zugriff auf teamfähige Kalender, globale Adressbücher oder das Arbeiten als Urlaubsvertretung direkt im Postfach.

Vorbereitung auf die Xpert-Prüfung

Teilnahmevoraussetzungen:
Lehrgang „Grundlagen der EDV“ oder entsprechende EDV-Kenntnisse erforderlich.
Einzelheiten zur Prüfung finden Sie in der Übersicht zum Lehrgangssystem.

EWF52 Holger Lembke
Fr 07. - So 09. Februar 2014
Fr, 17.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–15.00 Uhr
3 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 97,- €
inkl. Lehrbuch
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.05

EWF53BU Holger Lembke
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 23.06. - Mi 25.06.2014, 08.30–16.00 Uhr
3 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 124,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.11

EFB09 Elke Meyerdierks
vormittags ab 03.06.2014; weitere Informationen siehe Bereich Frau und Beruf

Outlook 2010 - der schnelle Einstieg

Dieses Seminar gibt Ihnen einen schnellen und übersichtlichen Einblick in die Mail- und Organisationssoftware Outlook 2010. Angefangen bei den Mails arbeiten Sie sich strukturiert über die Kontakte bis zur Termin- und Aufgabenverwaltung durch. Das Einrichten von Mails und die Besonderheiten im Verbund mit einem Exchange Server werden bearbeitet.

Teilnahmevoraussetzungen:
sichere Windows-Kenntnisse

EWF54 Holger Lembke
Mo, 18.00–21.15 Uhr,
ab 16. Juni 2014
4 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 79,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.11

Datenbanken mit Access

Datenbankanwendung mit Access 2010

Xpert

Umfangreiche Datenmengen lassen sich mit modernen Datenbanksystemen effektiv verwalten und auswerten. Der Lehrgang vermittelt anhand von Beispielen und intensiven Übungen grundlegende Kenntnisse über Aufbau, Arbeitsweisen sowie Leistungsmerkmale von Access:

- Entwurf von bzw. Arbeiten mit Tabellen und Abfragen (Erfassen, Ändern, Löschen, Suchen, Aktualisieren, Sortieren, Gruppieren, Berechnen von einzelnen Feldern oder ganzen Datensätzen)
- Arbeiten mit mehreren Tabellen (Verknüpfungen)
- Entwurf von Formularen, Berichten und Etiketten und deren Anpassung an individuelle Bedürfnisse
- Vorbereitung auf die Xpert-Prüfung

Teilnahmevoraussetzungen:
Lehrgang „Grundlagen der EDV“ oder entsprechende Kenntnisse unbedingt erforderlich.

Voraussichtlicher Prüfungstermin siehe Übersicht zum Lehrgangssystem „Xpert Europäischer ComputerPass“.

DWF58BU Vera Spanger
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 27.01.2014 - Fr 31.01.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 198,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

EWF59BU Vera Spanger
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 21.07.2014 - Fr 25.07.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 198,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

Projektplanung

Einführung MS Project 2010

Microsoft Project 2010 unterstützt Sie wirkungsvoll bei der Planung, Verwaltung und Koordinierung von Projekten. Das Arbeiten mit Project wird an Anwendungsbeispielen (Vorwärts- und Rückwärtskalkulationen) erlernt.

Themen: Projekt planen, Projektterminpläne anlegen und gliedern, Abhängigkeiten definieren, Ressourcen zuordnen, Arbeiten mit Kalendern, Projektfortschritt überwachen, Darstellen verschiedener Ansichten.

Teilnahmevoraussetzungen:
Gute Windows- und MS Officekenntnisse unbedingt erforderlich.

DWF61 Götz Beigel
Fr 31. - So 02. Februar 2014, Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
3 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 122,- €
inkl. Lehrbuch
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

FWF62 Götz Beigel
Fr 12. - So 14. September 2014
Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
3 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 122,- €
inkl. Lehrbuch
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

MS Office 2010

Office 2010 für die berufliche Praxis

Eine professionelle Office-Software ist in jedem Büro zum absoluten Muss geworden. Ob Word, Excel, Outlook oder PowerPoint, jeder der in diesem Bereich arbeitet, hatte bereits Kontakt mit diesen Anwendungen. Aber es treten auch immer wieder Schwierigkeiten mit diesen komplexen Programmen auf. Ob es der Serienbrief mit Abfrage, die komplexe Formel in Excel oder die optimalen Einstellungen im Folienmaster sind.

Dieses Seminar greift genau solche Probleme auf. In Form eines Workshops werden Ihre spezifischen Schwierigkeiten angesprochen und zusammen erarbeitet.

Basisinhalte: Format- und Dokumentvorlagen, Formeln und Funktionen, Inhaltsverzeichnisse, Kopf- und Fußzeilen, Diagramme, Folienmaster, Animationen, Grafiken einbinden, E-Mail-Funktionen.

Teilnahmevoraussetzungen:
Anwenderkenntnisse mit einem Office-Paket

EWF65BU Holger Lembke
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 12.05. - Fr 16.05.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 180,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

Bildungsurlaubslehrgänge

Eine chronologische Übersicht aller Bildungsurlaube finden Sie im Anfangsbereich des Programmheftes.

Office 2010 kompakt

Dieser Kurs bietet Hilfreiches für den Einsteiger aber auch für den Umsteiger einer früheren MS-Office Version. Inhalte des Kurses sind vornehmlich die 4 wichtigsten Office-Programme Word, Excel, PowerPoint und Outlook, aber auch Publisher, OneNote und Access werden bearbeitet. Funktionsprinzipien und Abläufe innerhalb der Programme werden erläutert. Wo finde ich die wichtigsten Befehle und wie kann ich gemeinsame Vorlagen und Designs nutzen, werden zentrale Themen sein. Darüber hinaus festigen praktische Übungen das Erlernte und zeigen die Verknüpfungsmöglichkeiten innerhalb der Programme auf.

Teilnahmevoraussetzungen:
Grundkenntnisse in mindestens einem Office-Programm.

EWF68 Merle Hübner
Do, 18.00–21.15 Uhr, ab 08. Mai 2014
6 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 139,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

Word, Excel, PowerPoint 2010 für Schüler/-innen (12-16 Jahre)

Du erlernst in praktischen Übungen die wichtigsten Funktionen der Textverarbeitung Word, des Tabellenkalkulationsprogramms Excel und eine Präsentation mit PowerPoint anzuwenden. Mit Word lernst Du einen Brief zu schreiben, z. B. für eine Bewerbung um eine Praktikumsstelle. Mit Excel machst Du Berechnungen mit einfachen Formeln und Funktionen. Mit PowerPoint erstellst Du eine einfache Präsentation. Dazu gehört auch das Speichern und Ausdrucken der Ergebnisse.

Teilnahmevoraussetzungen:
Sicherer Umgang mit dem PC.

EWF69 N.N.
Vormittagskurs in den Osterferien
Mo, 14. April 2014, 09.00–12.30 Uhr
Di, 15. April 2014, 09.00–12.30 Uhr
Mi, 16. April 2014, 09.00–12.30 Uhr
Do, 17. April 2014, 09.00–12.30 Uhr
4 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 80,- €
Keine weitere Schülerermäßigung möglich.
Gebühr Geschwisterkind 60,- €.
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

FWF69 N.N.
Vormittagskurs in den Sommerferien
Mo, 04. August 2014, 09.00–12.30 Uhr
Di, 05. August 2014, 09.00–12.30 Uhr
Mi, 06. August 2014, 09.00–12.30 Uhr
Do, 07. August 2014, 09.00–12.30 Uhr
4 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 80,- €
Keine weitere Schülerermäßigung möglich.
Gebühr Geschwisterkind 60,- €.
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

Layouten / Bildbearbeitung

Bildbearbeitung mit Photoshop CS6

In diesem Seminar werden grundlegende Funktionen und Einsatzmöglichkeiten der professionellen Bildbearbeitungssoftware Photoshop ermittelt. Ziel ist es, Grundkenntnisse über Dateigrößen und -formate, Farbmodi und Auflösungen zu erlangen. Techniken zur Weiterverarbeitung im Druckbereich oder für die Einbindung von Bildern ins Internet werden erläutert. Die dazu erforderlichen Montage- und Retuschetechniken mit dem Einsatz von Ebenen und Filtereffekten bilden die Grundlage des Kurses.

Teilnahmevoraussetzungen:

Sichere EDV-Grundkenntnisse und Kenntnisse eines grafischen Programms

EWF70 Merle Hübner
Fr 20. - So 22. Juni 2014
Fr, 17.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr
So, 09.00–13.00 Uhr
3 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 123,- €
inkl. Lehrbuch
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

EWF73BU Franziska Rutz
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 05.05.2014 - Fr 09.05.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 255,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.11

FWF74BU Franziska Rutz
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 22.09.2014 - Fr 26.09.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 255,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.11

Der PC als digitales Fotolabor

Einführung: Retuschieren mit Photoshop CS6

Wer etwas Zeit investiert um den Weg durch das „Photoshop-Universum“ zu finden, dem bieten sich vielseitige Möglichkeiten, seine digitalen Fotografien zu verbessern und kreativ weiter zu gestalten. In diesem Kurs werden Grundlagenkenntnisse der Bildbearbeitung in Adobe Photoshop CS6 vermittelt. Ein Schwerpunkt liegt bei den Retuschierarbeiten digitaler Fotografien wie: Belichtungskorrektur, Farbkorrektur, Schärfen und Weichzeichnen, Farben ersetzen, Umwandeln in Schwarz-Weiß, Bilder perspektivisch korrigieren, Bildausschnitte wählen. Der zweite Schwerpunkt ist die Einführung in die Ebenentechnik; bestimmte Teile eines Bildes zur Bearbeitung auswählen; sowie das Freistellen bestimmter Objekte und Personen eines Bildes.

Begriffe der Bildbearbeitung werden erläutert: die richtigen Dateiformate wählen, Farbmodus und Bildauflösung fürs Labor oder fürs Internet. Weiterführende Themen sind: Adobe Bridge (Bildverwaltung), Automatisierungen und was ist der Bildprozessor.

Nach gemeinsamen Übungen bleibt Zeit, um das Gelernte an eigenen Fotografien zu vertiefen.

Teilnahmevoraussetzungen:
Sicherer Umgang mit Windows und den Standardfunktionen des Computers.

Bitte mitbringen: Max. 30 Fotos auf USB-Stick oder andere Speichermedien

EWF77 Franziska Rutz
Sa 15. - So 16. März 2014
Sa, 09.30–17.00 Uhr, So, 09.30–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 108,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

FWF77 Franziska Rutz
Sa 13. - So 14. September 2014
Sa, 09.30–17.00 Uhr, So, 09.30–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 108,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

Photoshop CS6 auffrischen

Erstellen von Fotocollagen

Dieser Kurs ist für jene gedacht, die bereits einen Photoshopkurs besucht haben und einiges nochmals erklärt haben wollen. Der Kursinhalt richtet sich auch nach den Fragen der Teilnehmenden. Darüber hinaus wird anhand gemeinsamer Übungen der Umgang mit Ebenen ausführlich gezeigt.

Folgende Themen werden erläutert: Wie werden Ebenenmasken eingesetzt? Wie erzeuge ich eigene Schatten? Wie können Lichtverhältnisse in einer Montage aneinander angepasst werden? Wie können wir die Schärfe und Unschärfe nachträglich einfügen? Wie entsteht eine kreative Fotomontage? Wie werden Farben für aussagekräftige Bildinhalte verfremdet und wie kann ich das Pinselwerkzeug besser einsetzen?

Teilnahmevoraussetzungen:
Photoshop-Einführungskurs

EWF78 Franziska Rutz
Do, 17.30–20.00 Uhr, ab 26. Juni 2014
5 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 89,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

Photoshop Elements 10 für Einsteiger

Der kleine Bruder von Photoshop richtet sich hauptsächlich an Privatanwender, die eine umfangreiche Software suchen, um Fotos professionell zu bearbeiten

Photoshop Elements bietet viele Funktionen der Vollversion, zum schnellen Einstieg mit flexiblen Vorlagen als Ausgangspunkt für Ihre Ideen. Sie können Ihre Bilder verwalten, organisieren, mit vielfältigen Werkzeugen bearbeiten und anschließend verschiedene Arten der Präsentation aus Ihren Bildern erstellen.

Teilnahmevoraussetzung: Sicherer Umgang mit dem PC.

DWF81 Merle Hübner
Fr 24. - So 26. Januar 2014
Fr, 17.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
3 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 108,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

EWF81 Merle Hübner
Do, 16.30–18.45 Uhr, ab 20. Februar 2014
6 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 108,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.05

EWF80 Lars Heinrich
Fr 07. - So 09. März 2014
Fr, 17.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
3 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 108,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

EWF82 Merle Hübner
Fr 25. - So 27. Juli 2014
Fr, 17.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
3 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 108,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.05

Bildbearbeitung mit GIMP für Schüler/-innen (12 - 16 Jahre)

Wir werden Fotos auf den Computer übertragen und diese mit der kostenlosen Software Gimp kreativ bearbeiten. Inhalte: viele praktische Übungen wie Fotos ausschneiden, drehen und Farben verändern, Bildteile entfernen und ersetzen, das eigene Bild gestalten, verschiedene Stilmittel und Effekte, u.v.m.

Teilnahmevoraussetzung:
Sicherer Umgang mit dem PC.
Bitte mitbringen: Max. 20 Fotos auf USB-Stick oder auf der Kamera.

EWF83 N.N.
Kurs in den Osterferien
Mo, 14. April 2014, 08.30–13.00 Uhr
Di, 15. April 2014, 08.30–13.00 Uhr
Mi, 16. April 2014, 08.30–13.00 Uhr
3 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 80,- €
Keine weitere Schülerermäßigung möglich.
Gebühr Geschwisterkind 60,- €.
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.11

FWF84 Franziska Rutz
Kurs in den Sommerferien
Mo, 08. September 2014, 08.30–13.00 Uhr
Di, 09. September 2014, 08.30–13.00 Uhr
Mi, 10. September 2014, 08.30–13.00 Uhr
3 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 80,- €
Keine weitere Schülerermäßigung möglich.
Gebühr Geschwisterkind 60,- €.
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.11

Bildbearbeitung mit der freien Software GIMP

Das Bildbearbeitungsprogramm GIMP ist eine kostenlos verfügbare Software und kann auf fast allen Plattformen wie Microsoft Windows, Apple Mac und Linux eingesetzt werden. Dieser Kurs bietet einen kompakten sowie strukturierten Einstieg in dieses umfangreiche Programm. Es werden u. a. Grundlagenkenntnisse in der Nachbearbeitung sowie das Retuschieren digitaler Fotografien vermittelt: Belichtungskorrektur, Farbkorrektur, Schärfen und Weichzeichnen, Bildausschnitte wählen, Stempelfunktion. Einführung in die Ebenentechnik und Auswahlwerkzeuge, bestimmte Teile eines Bildes zur Bearbeitung auswählen; sowie das Freistellen bestimmter Objekte und Personen eines Bildes.

Teilnahmevoraussetzungen:
Sicherer Umgang mit Windows und den Standardfunktionen des Computers.

Bitte mitbringen: Max. 30 Fotos auf USB-Stick oder anderen Speichermedien

EWF85 Franziska Rutz
Sa 19. - So 20. Juli 2014
Sa, 09.30–17.00 Uhr, So, 09.30–16.00 Uhr
2 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 89,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.11

» Zahlt sich aus: **Die Bildungsprämie**

Möchten Sie einen Zuschuss zu Ihrem Kurs? Vielleicht haben Sie Anspruch auf die staatliche Bildungsprämie.

Lassen Sie sich beraten!
Weitere Informationen siehe Seite 9.

Bildbearbeitung mit GIMP

Die kostenlose Bildbearbeitungssoftware GIMP ist die ideale Alternative zu kostenpflichtiger Software. Gerade für den Heimanwender, aber auch für den Profi bietet dieses Programm eine große Anzahl von Möglichkeiten an. Schwerpunkte dieser Schulung sind die Oberfläche von GIMP sowie die Nutzung der einzelnen Werkzeuge zur Bildbearbeitung und Bildkorrektur. Grundkenntnisse über Dateigrößen und -formate, Farbmodi und Auflösung werden vermittelt; als auch die Ebenentechnik um z. B. einfache und kreative Bildmontagen zu erstellen.

Anhand von praktischen Beispielen wird das Erlernte geübt und gefestigt. Eigene Beispiele und Wünsche können in den Kurs mit eingebracht und umgesetzt werden.

Inhalte:

- Arbeitsoberfläche GIMP
- Funktionen und Werkzeuge
- Bildbearbeitung und -korrektur
- Retusche von Fotografien (z. B. Belichtungskorrektur, Stempelfunktionen)
- Verschiedene Filter anwenden
- Text eingeben und bearbeiten
- Farben, Farbfehler, Farbverwaltung
- Ebenentechnik
- Import / Export von Dateien

Teilnahmevoraussetzungen:
Sicherer Umgang mit Windows und den Standardfunktionen eines Computers

Ggf. 20 Fotos auf USB-Stick mitbringen.

EWF86BU Franziska Rutz
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 16.06.2014 - Fr 20.06.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 180,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

Das eigene Fotobuch gestalten

Möchten Sie Ihre Fotos archivieren oder ein individuelles Fotoalbum gestalten? In diesem Kurs entstehen mit einer gängigen Gestaltungssoftware Bildbände, die besondere Anlässe, wie den letzten Urlaub oder die Familienfeier kompakt und vergnüglich wieder aufleben lassen.

Mit Hilfe der Software erfahren Sie alles Wissenswerte zur Bildvorbereitung und Layoutgestaltung. Sie lernen, wie ein Fotobuch angelegt und bestellt wird, um schon wenige Tage später ein professionell gedrucktes Buch von Digitalfotos zu erhalten.

Teilnahmevoraussetzungen:
Sichere Computerkenntnisse, Bildbearbeitungskenntnisse vorteilhaft.

Für die Teilnehmer gibt es vom Hersteller (CeWe-Color) einen Gutschein für ein Fotobuch im Wert von 26,95 €.

Bitte eigene Digitalfotos auf USB-Stick oder CD mitbringen.

EWF87 Heide-Marie Appel
Sa, 10.00–16.15 Uhr am 08. Februar 2014
1 Termin, 7 Unterrichtsstunden, 38,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

EWF88 Sonja Büschel
Sa, 10.00–16.15 Uhr am 22. März 2014
1 Termin, 7 Unterrichtsstunden, 38,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

EWF89 N.N.
Sa, 10.00–16.15 Uhr am 28. Juni 2014
1 Termin, 7 Unterrichtsstunden, 38,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.01

Adobe InDesign CS6 für Einsteiger

Adobe InDesign ist eine Layout-Software zur Erstellung professioneller Drucksachen. Das Seminar richtet sich an Teilnehmer, die selbst Werbematerialien, Kataloge und andere Drucksachen erstellen möchten und denen die Gestaltungsmöglichkeiten eines Textverarbeitungsprogramms nicht ausreichen.

Themen:

- Layouts planen, anlegen und mit Layouthilfen arbeiten
- Textrahmen anlegen und Texte eingeben, importieren, formatieren
- Grafikobjekte und Bilder gestalten und platzieren
- Speichern, Drucken und Exportieren

Teilnahmevoraussetzungen:
Sichere Windowskenntnisse

EWF90 N.N.
Fr 07. - So 09. Februar 2014, Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
3 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 136,- €
inkl. Lehrbuch
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.11

Videobearbeitung für Einsteiger

Die Bilder sind im Kasten und schlummern auf dem Camcorder. Wie geht es weiter? Der Kurs zeigt einen Einstieg in die Videobearbeitung für den Heimanwender. Es werden die wichtigsten Techniken am Beispiel einer gängigen Videobearbeitungssoftware z. B. Movie Maker erarbeitet.

Kursinhalte:

- Überblick über verschiedene Software zur Videobearbeitung
- Wie übertrage ich das Video auf den Computer
- Der erste Schnitt
- Blenden und Effekte
- Videos mit Musik und Soundeffekten unterlegen
- Exportmöglichkeiten (DVD, Blueray, Disk, Internet)

Teilnahmevorrausetzungen:
PC-Grundkenntnisse

EWF98 Philipp List
Fr 13. - So 15. Juni 2014, Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
3 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 89,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.01

Internet

Ebay von 0 zum 5 Sterne Verkäufer

Es gibt fast nichts, was man nicht verkaufen kann auf der Ebay-Plattform. Aber wie erstelle ich ein optimales Angebot. Dieser Lehrgang zeigt Ihnen, wie Sie Ihre Waren professionell präsentieren können. Themen sind u. a.: Auktionspreis oder Sofort Kauf? Bilder über einen externen Dienst wie z. B. Trixum.de in die Beschreibung einbinden und die Versandkosten richtig berechnen. Darüber hinaus erhalten Sie viele nützliche rechtliche Tipps, damit Sie auf der sicheren Seite sind.

Teilnahmevoraussetzungen:
Grundkenntnisse am PC und Internet

DWG28 Holger Lembke
Sa 18. - So 19. Januar 2014
Sa, 09.00–15.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
2 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 69,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.01

EWG29 Holger Lembke
Sa 14. - So 15. Juni 2014
Sa, 09.00–15.30 Uhr, So, 09.00–13.00 Uhr
2 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 69,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

Datensicherheit in Sozialen Netzwerken

Über 30 Millionen Deutsche nutzten soziale Netzwerke wie Facebook, Twitter und Co. Hier geben Sie eine Vielzahl Ihrer persönlichen Daten preis. Doch das Internet vergisst nicht und so werden diese Daten oftmals Jahre auf irgendwelchen Servern gespeichert.

Dieser Lehrgang zeigt wie Sie sensible Daten schützen und welche Einstellungen der Nutzer Accounts den möglichst besten Schutz bieten. Des Weiteren erhalten Sie Informationen und Hilfestellungen welche Daten besser nicht im Internet veröffentlicht werden sollten und wie Sie es wirkungsvoll vermeiden können digitale Fußabdrücke zu hinterlassen.

Teilnahmevoraussetzungen:
Grundlegende Erfahrung im Umgang mit dem Internet.

EWG31 Merle Hübner
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 01. Februar 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 40,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Ihre Anmeldung wird in der Regel nicht von uns bestätigt; wenn Sie nichts von uns hören, bedeutet das „Grünes Licht"

Kostenlose Dienste und Helfer im Internet

Das Internet ist als Medium heute nicht mehr wegzudenken. Eine Vielzahl kostenloser Dienste und Seiten können nützliche Begleiter sein. Dieses Seminar bietet Ihnen einen Streifzug durch diese Welt des Internets und hilft Ihnen, die besten Dienste für Sie herauszufinden. Hierbei wird ganz besonders auf die Sicherheit geachtet, da es natürlich auch viele schwarze Schafe gibt.

Inhalte:

- E-Mail-Dienste (Web.de , GMX, Google, usw.)
- Speicher-Dienste (Dropbox, Skydrive, Wuala)
- Kommunikationsdienste (Skype, Twitter)
- Geld sparen im Internet (Groupon, Idealo.de, Kostenlos.de, usw.)
- Unterhaltung (You Tube, My Video)

EWG33 Merle Hübner
Fr 14. - Sa 15. Februar 2014
Fr, 18.00–21.15 Uhr, Sa, 09.00–15.30 Uhr
2 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 69,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Datenschutz und Privatsphäre in der IT

Tag für Tag erfahren wir neue Details in den Medien, wie Daten von Computern abgefangen und mitgelesen werden. Darüber hinaus speichern immer mehr Anwendungen sensible Daten des Computernutzers. In diesem Seminar erfahren Sie, mit welchen Maßnahmen Sie Ihre Daten auf dem Computer und im Internet sicherer machen.

Schwerpunkte im Lehrgang:

- Internetbanking
- Soziale Netzwerke
- E-Mail Dienste
- Sicherheit von gespeicherten Daten auf Datenträgern
- Clouds
- Filesharing Systeme

EWG35 Holger Lembke
Fr 23. - Sa 24. Mai 2014
Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–15.30 Uhr
2 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 69,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.01

Vom Einsteiger zum Datenprofi

Speichern, Konvertieren, Packen und vieles mehr

Ob Text, Tabelle, Musik, Film oder Bild, es gibt eine Vielzahl von verschiedenen Dateiformaten mit

den unterschiedlichsten Eigenschaften. Dieses Seminar begleitet Sie vom Erstellen einer Datei über das sinnvolle Speichern bis zum Konvertieren und Packen von Dateien. Hierbei werden auch gleich die wichtigsten Dateiformate vorgestellt.

Ein Schwerpunkt des Seminars ist das Konvertieren von Bild und Videodateien. Aber auch das packen in Formate wie RAR und ZIP sowie das Erstellen und Entpacken von ISO Dateien sind Thema .

Das Vorstellen, Installieren und Ausprobieren von wichtigen Konvertier- und Packtools aus dem Internet runden dieses Seminar ab.

EWG40 Holger Lembke
Di, 18.00–21.15 Uhr, ab 13. Mai 2014
4 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 79,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

Online-Publishing

Webseiten mit (X)HTML & CSS (Modul 1) CMS Onl.

Der Einstieg in die Online-Techniken verlangt eine Kenntnis der beiden Standards (X)HTML (Hypertext Markup Languages) und CSS (Cascading Styling Sheets). Eine gute statische Webseite wird durch die saubere, professionelle Anwendung dieser Standards bestimmt. Nur so erhält der Designer der Web-Präsentation eine optimale Umsetzung hinsichtlich Suchmaschinen-Optimierung, Barrierefreiheit und leichter Veränderbarkeit der Website.

- Planung einer Webseite
- Webseitengerüste, Grids, Floats
- Trennung von Inhalt und Layout
- HTML-Varianten bis HTML5
- CSS für barrierefreies Webdesign
- Optimierte Darstellung für alle Browser
- Umsetzung des Layouts, Workflow
- Professionelle Webseiteneditoren
- Nutzung von Templates in Sites und Editoren
- Erweiterung von Quellcodes für Suchmaschinenoptimierung

Teilnahmevoraussetzungen:
Sichere Windowskenntnisse sowie Erfahrungen mit Browser und Textverarbeitung.

Einzelheiten zur Prüfung finden Sie in der Übersicht zum Lehrgangssystem.

EWG70BU Holger Lembke
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 17.02. - Fr 21.02.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 220,- €
inkl. Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

FWG71BU Holger Lembke
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 06.10. - Fr 10.10.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 220,- €
inkl. Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

Dynamische Webseiten mit PHP und MySQL (Modul 2) CMS Onl.

Eine gute Website steht und fällt mit der Aktualität und Attraktivität der dargestellten Inhalte. Um den Webseitencode nicht stets anzupassen zu müssen, sollte man sich nach dynamischen Web-Strategien umsehen. Eine besonders interessante und kostengünstige Alternative bietet das Gespann aus Apache (Webserver), MySQL (Datenbank) und PHP (serverseitige Skriptsprache).

Anhand praktischer Übungen wird eine intensive Einführung in die Programmierung mit PHP und der Datenbank MySQL behandelt.

- LAMP und WAMP als Server
- PHP-Programmierung (Syntax, Beispiele)
- Formulare, Cookies, Sessions
- Datenbank MySQL (Client / Server)
- Schwerpunkt: Praxisbeispiele PHP & MySQL
- Sicherheit, Backuptechnik Datenbank

Teilnahmevoraussetzungen:
Sicherer Umgang mit dem PC

Einzelheiten zur Prüfung finden Sie in der Übersicht zum Lehrgangssystem.

EWG75BU Joachim Brandes
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 02.06. - Fr 06.06.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 220,- €
inkl. Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

Content Management System (CMS) JOOMLA! (Modul 3a) CMS Onl.

Das Open Source Projekt JOOMLA! hat weltweit eine riesige Fangemeinschaft und eine äußerst starke deutsche Community. Eine besondere Stärke stellen fertige Templates, Plugins, Module und Komponenten, die für nahezu jedes Styling- und Technik-Problem eine Lösung anbieten.

Das System lässt sich nahezu problemlos und kostengünstig hosten.

Teilnahmevoraussetzungen:
Sicherer Umgang mit dem PC, HTML-/CSS-Kenntnisse und Grundbegriffe der Dynamischen Website-Techniken sind wünschenswert.

Einzelheiten zur Prüfung finden Sie in der Übersicht zum Lehrgangssystem.

FWG77BU Joachim Brandes
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 08.12.2014 - Fr 12.12.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 220,- €
inkl. Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

Content Management System (CMS) TYPO3 (Modul 3b)

CMS Onl.

Eines der ältesten und daher auch ausgereiftesten Systeme der Open-Source-CMS-Systeme. Highlights sind hier die Typo3-Extensions (Erweiterungen) mit denen viele professionelle Lösungen integriert werden können und die integrierte Skripttechnik des Systems (Typoscript) mit der man vollständige Kontrolle über die Typo3-Site hat. Es lassen sich mehrsprachige Projekte beliebiger Komplexität und Größe gestalten.

Teilnahmevoraussetzungen:
Sicherer Umgang mit dem PC, HTML-/CSS-Kenntnisse und Grundbegriffe der Dynamischen Website-Techniken sind wünschenswert.

Einzelheiten zur Prüfung finden Sie in der Übersicht zum Lehrgangssystem.

EWG79BU Joachim Brandes
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 16.06.2014 - Fr 20.06.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 220,- €
inkl. Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

Photoshop für das Webdesign

Gute und erfolgreiche Webseiten leben auch von einem attraktiven und stimmigen Design.

Unser Workshop zeigt die wichtigsten Aspekte der Grafikerstellung für das Web mit der professionellen Bildbearbeitung Photoshop.

- Optimierung von Bildern für das Web
- Farben wählen und kombinieren (Farbkonzepte)
- Bilder mit Transparenz und Freistellungseffekten
- Design von Icons, Buttons und Hintergründen
- Schriften darstellen (Fonts, Textdesign, Effekte, Typografie)
- Komplettes Webprojekt mit Photoshop (Umsetzung von A bis Z)

EWG80BU Joachim Brandes
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 07.04.2014 - Fr 11.04.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 220,- €
inkl. Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.11

abc *An den verschiedenen Symbolen erkennen Sie die Kurse, die zu einem Lehrgangssystem passen.*

Workshop CMS Online Designer

Dieser Lehrgang richtet sich an alle die entweder das Lehrgangssystem „CMS Online Designer (VHS)“ absolviert haben oder bereits über fundierte Kenntnisse des Content Management Systems verfügen.

In diesem Workshop wollen wir noch etwas über den Tellerrand hinausschauen und in einer Woche alle Wünsche, Fragen und eventuelle Probleme von HTML und CSS bis hin zu CMS Joomla von A bis Z bearbeiten.

FWG82BU Joachim Brandes
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 17.11. - Fr 21.11.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 220,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

PC-Systembetreuung

PC-Technik und -Konfiguration

FK-IT

Um aktuelle oder betagte PCs selbständig erweitern und anpassen zu können, sind Fähigkeiten notwendig, die über ein Grundlagenwissen der PC-Bedienung hinausgehen. In diesem Lehrgang erwerben Sie Kenntnisse, die Ihnen helfen, PCs nach ihren Anforderungen zu konfigurieren und zu erweitern. So können Sie entweder beim Neukauf eines Komplett-PCs dessen Eigenschaften professionell einschätzen, oder sich einen eigenen PC nach Maß selber zusammenstellen, bauen und später geeignet und effektiv aufrüsten.

Das Seminar ermöglicht in Form aktueller Hardware-Plattformen („Bastel-PCs“) die praktische Erprobung des erlernten Technik-Fachwissens durch die Teilnehmer.

Teilnahmevoraussetzungen:
Sichere Windowsbedienung
Einzelheiten zur Prüfung finden Sie in der Übersicht zum Lehrgangssystem.

EWH13BU Joachim Brandes
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 17.03. - Fr 21.03.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 198,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

PC-Systemsupport

FK-IT

Der normale „User“ sieht die Windows-Betriebssysteme lediglich aus der „Benutzer“-Sicht. Der Kurs PC-Systemsupport beleuchtet die professionelle, administrative Sicht auf Windows und wendet sich somit an den ambitionierten Windows-Nutzer, der mehr über sein Betriebssystem lernen und wissen möchte.

In diesem Lehrgang geht es um die Installation und Administration von Windows-Betriebssystemen und Anwenderprogrammen und deren optimale Nutzung, Konfiguration und einfache Vernetzung. Spezielle Themen behandeln die Sicherheit und die Sicherung moderner Windows-Betriebssysteme und der verwalteten Benutzerdaten.

Allen Teilnehmern steht für die praktischen Übungen - von der Installation über die Vernetzung bis zur Verwaltung der Betriebssysteme - ein eigener PC zur Verfügung.

Teilnahmevoraussetzungen:
Sichere Windowsbedienung
Einzelheiten zur Prüfung finden Sie in der Übersicht zum Lehrgangssystem.

EWH18BU Joachim Brandes
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 12.05.2014 - Fr 16.05.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 198,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

„Mit unserem Trainer J. Brandes steht Ihnen ein langjähriges und aktives Mitglied der Fachgruppen zu den Zertifikaten „Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke (VHS)“ und „CMS Online Designer (VHS)“ für Fragen zur Verfügung (www.pcsystembetreuer.de). Für die Koordination spezieller Seminare (z.B PowerShell) können Sie sich ebenfalls an unseren Trainer oder auch gerne an uns direkt wenden.“

Netzwerk- und Internettechnologie

FK-IT

Moderne Rechner sind heute in firmeninterne (Intranet) und weltweite Netzwerke (Internet/Extranet) integriert. Das Seminar erläutert ausführlich und praxisorientiert aktuelle Technologien und führt anschaulich in alle notwendigen Theorien und Normen ein. Schwerpunkt des Seminars ist die Darstellung der Netzwerkprotokollfamilie TCP/IP und die Schaffung einer sicheren und funktionstüchtigen Netzwerkumgebung für private und Firmennetze.

Allen Teilnehmern steht ein eigener Übungsrechner für die praktische Erarbeitung der Techniken im VHS-Schulungsnetz und im Internet zur Verfügung.

Teilnahmevoraussetzung:

Teilnahme an den Seminaren „PC-Technik und -Konfiguration“ und „PC-Systemsupport“ oder entsprechende Vorkenntnisse

Einzelheiten zur Prüfung finden Sie in der Übersicht zum Lehrgangssystem.

EWH27BU Joachim Brandes
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 03.03.2014 - Fr 07.03.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 235,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

Windows Server

FK-IT

Microsoft bietet mit seinen Client-/Server-Gespannen die Standardsoftware für den professionellen Einsatz in Netzen jeder Größe und Komplexität. Der Kurs vermittelt in Form praktischer Übungen anschaulich Aufbau, Installation und Konfiguration der modernen Domainverwaltungen mittels dieser Servertechnologien.

Allen Teilnehmern steht für die praktische Erarbeitung aller Themen - von der eigenen Installation bis zur professionellen Domainverwaltung - ein eigener Übungs-PC zur Verfügung. Für spezielle Vertiefungen und Themen stehen weitere Server-Rechner im Schulungsnetz zur Verfügung.

Teilnahmevoraussetzung:

Teilnahme an den Seminaren „PC-Technik und -Konfiguration“ und „PC-Systemsupport“ oder entsprechende Grundlagen. Kenntnisse entsprechend dem „Netzwerk- und Internettechnik“-Seminar sind wünschenswert.

Einzelheiten zur Prüfung finden Sie in der Übersicht zum Lehrgangssystem.

FWH52BU Joachim Brandes
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 01.12. - Fr 05.12.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 235,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

Windows Server - Aufbauseminar/ Workshop

In diesem praxisorientiertem Intensivseminar wollen wir die Fähigkeiten des aktuellen Microsoft-Server-Betriebssystems vertiefen. Aufbauend auf Kenntnissen entsprechend dem Server-Seminar werden wir die Schwerpunktthemen (ADS, OU/Gruppenrichtlinien, DNS/DDNS, DHCP, Routing/ RAS, Sicherheit, IIS, Fileserver/DFS, Terminalservices) in selbst entworfenen und erstellten Übungsdomänen anschaulich erarbeiten, wiederholen und vertiefen.

Für die Praxis steht jedem Teilnehmer neben einem eigenen Übungs-PC auch noch zusätzliche PC- und Servertechnik zur Verfügung.

Teilnahmevoraussetzung: Kenntnisse entsprechend dem Seminar „Windows Server“

Auf Wunsch bieten wir nach diesem Seminar eine Möglichkeit an, die Prüfung „Windows Server“ des Lehrgangssytems „Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke (VHS)“ abzulegen.

EWH53BU Joachim Brandes
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 03.02. - Fr 07.02.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 220,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

Linux

FK-IT

Das alternative Betriebssystem LINUX hat sich im professionellen als auch privaten Umfeld etabliert. Im Rahmen der Module der „Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke (VHS)“ wollen wir praxisorientiert alle Fertigkeiten zur Installation, Administration, Verwaltung und Sicherung kennenlernen. Neben der grafischen Oberfläche (KDE, Gnome) wird die effektive Nutzung der Kommandozeile (Shell) des Systemverwalters / Administrators dargestellt und intensiv praktisch eingeübt.

Für die Praxis steht jedem Teilnehmer ein eigener Lehrgangs-PC im Schulungsnetz der VHS zur Verfügung.

Teilnahmevoraussetzungen:

Kenntnisse in Bereichen der PC Systeme, Begeisterungsfähigkeit für neue und offene Betriebssystemtechnologien und kostenlose Open-Source-Technik.

Einzelheiten zur Prüfung finden Sie in der Übersicht zum Lehrgangssystem.

FWH54BU Joachim Brandes
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 15.09.2014 - Fr 19.09.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 220,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

Linux Aufbauworkshop

Dieser Workshop richtet sich an interessierte Teilnehmer, die tiefer in das Betriebssystem Linux

eintauchen möchten und besonders mit eigenen Fragen und Wünschen die Inhalte des Workshops erweitern.

Folgende Inhalte sind fest eingeplant:

- Linux im Netzwerk
- Infrastruktur (DNS-/DHCP-Server/LDAP-Verzeichnisdienst)
- Linux als File- und Printserver
- Web-Applikationen (Apache2/Postfix/ FTP-Server)
- Systemüberwachung und Network Monitoring

Teilnahmevorrausetzungen: Gute Linux-Kenntnisse entsprechend dem Kurs Linux (Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke)

FWH56BU Joachim Brandes
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 24.11.2014 - Fr 28.11.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 220,- €
inkl. Lehrbuch und Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

Programmiersprachen

Programmierung für Einsteiger (mit Java)

Warum Java? Heute wird überwiegend in objektorientiertem Design entwickelt. Es ist daher naheliegend, die Prinzipien und die spezifische Denkungsweise für das objektorientierte Design in den Lernvorgang zu integrieren. Java hat für den Einstieg alles. Es ist universell, vergleichsweise leicht, kompakt, objektorientiert und verfügt über eine umfangreiche Klassenbibliothek.

Für Java gibt es ganze Entwicklungsumgebungen zum Nulltarif.

Was können Sie vom Einstiegskurs erwarten? Programmierung ist nach oben offen. Die Beschäftigung damit führt zu einem ständigen spannenden Lernprozess. Mit diesem Einstiegskurs wollen wir Sie in das Gleis dieses Lernprozesses hieven. Die Schulung folgt der pädagogischen Leitlinie: Zuerst das Beispiel, dann die Theorie. An zahllosen Beispielen werden die Themen erläutert. Übungsaufgaben für zu Hause werden zu Beginn der nächsten Sitzung als Wiederholung ausführlich erläutert.

Teilnahmevoraussetzungen:
Sichere EDV-Grundkenntnisse

EWH80 Johann Rüters
Di, 19.00–21.15 Uhr, ab 25. März 2014
14 Termine, 42 Unterrichtsstunden, 210,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.05

Visual Basic for Applications (VBA)

Ohne Makros, selbst definierte Funktionen, Ereignisprozeduren und UserForms bleiben MS-Office-Anwendungen unflexibel und zeigen schnell ihre Grenzen.

Individuelle Lösungen mit einem hohen Grad an Automatisierung lässt erst die Programmierung mit VBA zu. Durch direkten Zugriff auf die Objekte, aus denen die Anwendung selbst aufgebaut ist, werden beliebige Funktionserweiterungen ermöglicht. Dieses Seminar bietet eine an praktischen Beispielen aus Excel und Word orientierte Einführung in das Thema.

Teilnahmevoraussetzungen:
Grundlegende Kenntnisse einer Programmiersprache (z. B. Pascal, Basic, C++), gute Kenntnisse in Excel und Word

EWH86BU Johann Rüters
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 10.02. - Fr 14.02.2014, 08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 195,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

Arduino: Microcontroller in C programmieren

Faszinierende Technik: Früher waren es der Elektronik- oder Chemiebaukasten, heute ist es der Mikroprozessor und seine Programmierung. So lassen sich interessante Experimente anstellen: LEDs blinken, DCF77- oder GPS-Empfang, Lage-, Bewegungs- oder Temperatursensoren betreiben. Die Möglichkeiten sind grenzenlos, sei es die Steuerung der Eisenbahn oder Einbau in das Modelflugzeug, für jeden Einsatzzweck gibt es geeignete Lösungen.

Der Kurs begleitet Sie bei den ersten Schritten in diese Welt: Kennenlernen der Prozessorplattform (Atmel168 Arduino), Anschluss an den PC, Programmierung in Wiring (C/C++) und Aufbau einfacher Schaltungen.

Der Kurs ist geeignet für Teilnehmer ohne Programmier- und Elektronikkenntnisse.

Der Kurspreis enthält ein Arduino Uno.

EWH90 Holger Lembke
Wochenendseminar
Sa, 12. Juli 2014, 09.00–12.15 Uhr
Sa, 19. Juli 2014, 09.00–16.30 Uhr
Sa, 26. Juli 2014, 09.00–16.30 Uhr
3 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 136,- €
inkl. benötigter Hardware
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.01

FWH92 Holger Lembke
Kurs für Schüler (Klasse 7 - 10)
in den Sommerferien
Mo 11.08.2014 - Fr 15.08.2014
09.00–12.15 Uhr
5 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 136,- €
inkl. benötigter Hardware
Keine weitere Schülerermäßigung möglich.
Gebühr Geschwisterkind 102,- €.
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.11

Arduino: Microcontroller in C programmieren

Für die Steuerung von Prozessen stehen bereits preisgünstige und sehr leistungsstarke Microcontroller zur Verfügung die nur noch programmiert werden wollen.

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer ohne Programmierkenntnisse und ermöglicht den Einstieg in eine sehr C-ähnliche Programmiersprache. Nach dem Kennenlernen der Prozessorplattform (Atmel AVR, Arduino Unto) und dem Anschluss an den PC wird mit der Programmierung in Wiring (C/C++) und dem Aufbau einfacher Schaltungen fortgefahren. Es sollen universelle Sprachkonzepte (Modularisierung, robuster Code, etc.) erlernt werden, Sensoren/Aktoren angeschlossen und Regelkreise aufgebaut werden. Eigene Ideen sind willkommen und können vorgestellt werden.

Keine Programmierkenntnisse erforderlich.

Der Kurspreis enthält ein Arduino Uno.

DWH94BU Holger Lembke
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 20.01.2014 - Fr 24.01.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 246,- €
inkl. benötigter Hardware
und Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.11

EWH95BU Holger Lembke
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 30.06.2014 - Fr 04.07.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 246,- €
inkl. benötigter Hardware
und Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

MakiBox Build Session (Wir bauen einen 3-D-Drucker)

3D-Drucken ist eines der großen Themen in der Bastelszene. Der Markt bietet eine Vielzahl an Druckern und eine noch unüberschaubarere Anzahl an Druckmaterialien.
In dieser Seminarwoche soll jeder Teilnehmer einen eigenen 3D-Drucker aufbauen. Mit der MakiBox steht ein preisgünstiges Einsteigermodel zur Verfügung, das bereits hochwertige Drucke liefert. Wir werden gemeinsam einen 3D-Drucker aufbauen und die notwendige Software einrichten, den Drucker justieren, Probedrucke erstellen, Materialien vergleichen und unterschiedliche Druckparameter ermitteln.

Teilnehmer sollten ein eigenes Notebook bzw. einen USB-Stick für die Softwareinstallation mitbringen. Werkzeug ist vorhanden, eigene Werkzeuge sind gern gesehen.

Zu den Kurskosten von 125,- € kommen 400,- € für die MakiBox. Bei Abmeldung nach einem Stichtag kann dieser Betrag nicht erstattet werden, Sie erhalten jedoch den MakiBox-Bausatz.

Teilnahmevoraussetzungen:
Freude an Bastelarbeit und Windows-Grundkenntnisse

EWH97 Holger Lembke
Mo, 14. Juli 2014, 08.30–16.00 Uhr
Di, 15. Juli 2014, 08.30–16.00 Uhr
Mi, 16. Juli 2014, 08.30–16.00 Uhr
3 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 525,- €
inkl. MakiBox , Interessenten sollten sich vorher beraten lassen!
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

Anmeldeschluss und Kündigung:
14.05.2014

Unschlüssig,
welcher Kurs für Sie der richtige ist?

Lassen Sie sich beraten!

Unten finden Sie Ihre jeweiligen Ansprechpartner.

**Verschenken Sie doch,
was Sie schon immer mal gemeinsam machen wollten:
mit dem vhs-Gutschein**

Internationale Filme

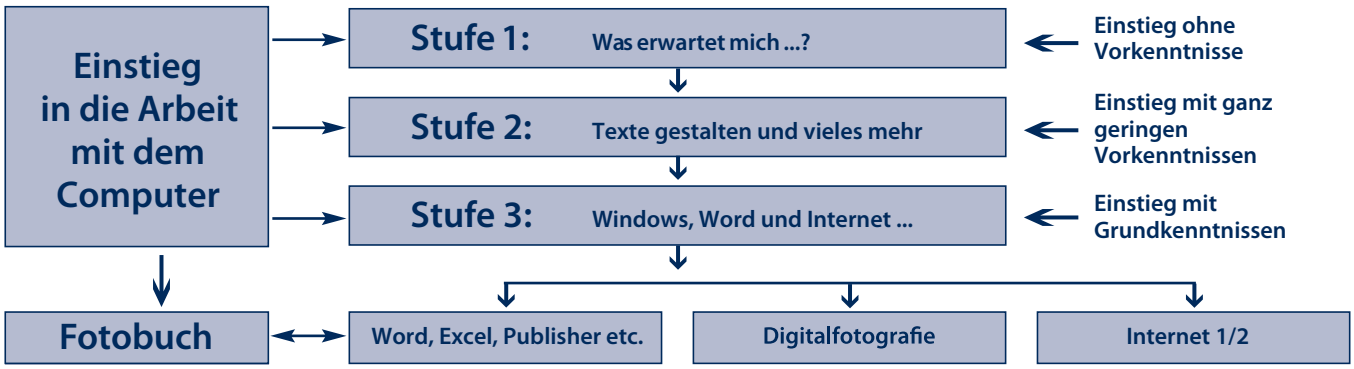
In Darkness/In der Finsterniss
von A. Holland, Polen 2011

Originalversion mit Untertiteln
So, 23. März 2014, 17.00 Uhr
7 €
Universum-Kino
BEIL06 *Anmeldung erforderlich*

Eine Kooperation der Volkshochschule mit dem
UNIVERSUM Filmtheater

Computerkurse für Senioren – Kursaufbau

Wir empfehlen, die Computerkurse möglichst in der dargestellten Reihenfolge zu besuchen. Quereinstiege sind selbstverständlich möglich, wenn die entsprechenden Vorkenntnisse vorhanden sind. Bitte lassen Sie sich vor Kursbeginn beraten.


Einstieg in die Arbeit mit dem Computer
Stufe 1: Was erwartet mich ...?
Stufe 2: Texte gestalten und vieles mehr
Stufe 3: Windows, Word und Internet ...
Einstieg ohne Vorkenntnisse
Einstieg mit ganz geringen Vorkenntnissen
Einstieg mit Grundkenntnissen
Fotobuch
Word, Excel, Publisher etc.
Digitalfotografie
Internet 1/2

Stufe 1: Einstieg in die Arbeit mit dem Computer: Was erwartet mich? Was kann ich erwarten?

Was kann man mit einem Computer alles machen? Welche Programme benötige ich, welches Zubehör brauche ich? Hardware und Software? Es gibt viele Fragen.

Ziel dieses Kurses ist, sich persönlich einen Überblick über die Grundlagen des Betriebssystems Windows und des Textverarbeitungsprogramms Word in ersten Schritten zu erarbeiten.

EWS02 N.N.
Mo, 16.30–18.55 Uhr
ab 10. Februar 2014
5 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 69,- €
inkl. Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.11

EWS01 Carmela Klinge
Di + Do, 08.45 - 12.00 Uhr
ab 11. Februar 2014
4 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 76,- €
inkl. Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

EWS03 Carmela Klinge
Di, 14.00–16.25 Uhr
ab 25. Februar 2014
5 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 69,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

EWS05 Anika Klinge
Do, 14.00–16.25 Uhr
ab 08. Mai 2014
5 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 69,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

EWS06 Carmela Klinge
Di + Do, 08.45 - 12.00 Uhr, ab 17. Juni 2014
4 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 76,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Stufe 2: Texte gestalten mit Word und der Umgang mit Windows

Sie haben die ersten Erfahrungen mit WORD gemacht, aber es gibt noch viel mehr kennenzulernen:

In praktischen Übungen erstellen und bearbeiten Sie Texte, lernen, diese zu gestalten und auszudrucken. Ein wichtiges Thema ist auch das Speichern und Wiederfinden von Dateien.

EWS10 Elke Meyerdierks
Mi, 14.00–16.25 Uhr, ab 19. Februar 2014
5 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 69,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

EWS11 Carmela Klinge
Di + Do, 08.45 - 12.00 Uhr, ab 25. Februar 2014
4 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 76,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

EWS12 N.N.
Mo, 16.30–18.55 Uhr, ab 17. März 2014
5 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 69,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

EWS13 Carmela Klinge
Di, 14.00–16.25 Uhr, ab 29. April 2014
5 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 69,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

EWS16 Carmela Klinge
Di + Do, 08.45 - 12.00 Uhr, ab 01. Juli 2014
4 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 76,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Stufe 3: Windows, Word und Internet

Sie haben schon PC-Grundkenntnisse, jetzt wollen Sie diese Schritt für Schritt erweitern. Besonders wichtig dabei ist die Wiederholung aus den vorangegangenen Stufen. Zusätzlich sollen Sie an jedem Unterrichtstermin Neues und Interessantes kennenlernen, z. B.:

- Ordner/Dateien einrichten und verwalten
- Mit WORD Texte ansprechend gestalten
- Bilder in Texte einfügen
- Im Internet recherchieren

Gern wird auf Ihre Wünsche und Anregungen eingegangen.

EWS22 Carmela Klinge
Di + Do, 08.45 - 12.00 Uhr
ab 11. März 2014
4 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 76,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

EWS23 Elke Meyerdierks
Mi, 14.00–16.25 Uhr
ab 30. April 2014
5 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 69,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

EWS24 N.N.
Mo, 16.30–18.55 Uhrab 12. Mai 2014
5 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 69,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

EWS25 Carmela Klinge
Di, 14.00–16.25 Uhr, ab 17. Juni 2014
5 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 69,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

EWS28 Carmela Klinge
Di + Do, 08.45 - 12.00 Uhr, ab 15. Juli 2014
4 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 76,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Internet - eine spannende Art Neues kennen zu lernen

Lust, einmal den Eiffelturm oder das Kolosseum von zu Hause aus anzuschauen? Reisen planen, recherchieren, Online-Banking, Online-Shopping? Mit dem Internet ist vieles möglich geworden.

Was ist E-Mail und wie funktioniert es? Entdecken wir gemeinsam die neuen Chancen, die das Internet bietet.

Teilnahmevoraussetzung:
Windows-Kenntnisse.

EWS41 Anika Klinge
Do, 14.00–16.25 Uhr, ab 27. Februar 2014
5 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 80,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

EWS42 Carmela Klinge
Do, 14.00–16.25 Uhr, ab 24. April 2014
5 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 80,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Internet - was gibt's Neues?

Recherche - eBay - Download - etc.

Wie war das noch mal mit dem Recherchieren im Internet? eBay finde ich spannend, aber wie geht das? Wie kann ich große Dateien und Bilder mailen? Download - na klar, aber wie? Internet-Radio und -Video u.v.m.: Sind diese Fragen noch offen? Dann lassen Sie uns diese gemeinsam klären.

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer, die die Grundlagen auffrischen und ihr Wissen vertiefen wollen.

Teilnahmevoraussetzung:

Erfahrung mit dem Internet-Explorer

EWS45 Anika Klinge
Do, 14.00–16.25 Uhr, ab 26. Juni 2014
5 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 80,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Word für Fortgeschrittene

Sie haben schon einen „kleinen" Teil des Word-Textverarbeitungsprogamms kenengelernt und haben jetzt Interesse an „mehr"? Aufbauend auf den Grundkenntnissen werden in diesem Kurs neue Inhalte wie z. B. Tabellen, Aufzählungen, Nummerierung usw. vermittelt.

Inhalte und Lerntempo richten sich nach ihren Wünschen.

EWS60 Elke Meyerdierks
Mo, 14.00–16.25 Uhr, ab 10. Februar 2014
7 Termine, 21 Unterrichtsstunden, 96,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

EWS62 Elke Meyerdierks
Mi, 14.00–16.25 Uhr, ab 11. Juni 2014
7 Termine, 21 Unterrichtsstunden, 96,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Word Praktikum Aufbaukurs

Hier haben Sie die Möglichkeit, Ihre bereits erworbenen Kenntnisse anzuwenden; Sie können z. B. Einladungskarten, Briefe o.ä. erstellen und gestalten, und Sie lernen weitere Feinheiten des Formatierens kennen. Inhalte und Lerntempo richten sich nach Ihren Bedürfnissen.

EWS66 Elke Meyerdierks
Mi, 11.30–13.55 Uhr
ab 12. Februar 2014
7 Termine, 21 Unterrichtsstunden, 96,- €
inkl. Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

EWS68 Elke Meyerdierks
Mi, 11.30–13.55 Uhr
ab 11. Juni 2014
7 Termine, 21 Unterrichtsstunden, 96,- €
inkl. Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

Android Smartphone und Tablet

Sie haben sich ein Smartphone oder Tablet mit Android Oberfläche zugelegt und möchten mehr über das freie Google Betriebssystem erfahren. Der Kurs richtet sich an Nutzer, die im Umgang mit den Geräten mehr Sicherheit erlangen möchten, Sicherheitsrisiken minimieren und viele weitere nützliche Funktionen kennenlernen wollen.

Inhalte: Lernen Sie praxisorientiert die Grundfunktionen Ihres Android Smartphones und Tablets kennen, wie Einstellungen, Telefonie, SMS, E-Mail, Kalender, Internet und Fotos. Erfahren Sie, wie Sie sich im Play Store anmelden und Apps laden und verwalten. Eine Auswahl an wichtigen Apps, die auf keiner Android Oberfläche fehlen sollten, werden vorgestellt. Zudem wird die Synchronisation mit verschiedenen Diensten behandelt.

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Das Mitbringen eines eigenen Geräts ist zwingend erforderlich.

EWS95 Bernd Müller
Mo, 10. Februar 2014, 14.00–17.15 Uhr
Di, 11. Februar 2014, 14.00–17.15 Uhr
2 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 43,- €
inkl. Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

EWS96 Bernd Müller
Mo, 10. März 2014, 14.00–17.15 Uhr
Di, 11. März 2014, 14.00–17.15 Uhr
2 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 43,- €
inkl. Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

Weitere Termine siehe Internet oder auf Anfrage im Fachbereich

Grundlagen der Digitalfotografie

Bildverwaltung und -bearbeitung

Misslungene Fotos einfach löschen, unterbelichtete aufhellen, Farbstiche entfernen, Ausschnittvergrößerungen wählen, Kontraste verstärken - davon haben wir im Zeitalter von Dia und Negativ nur träumen können. Mit der Digitalfotografie kann jetzt jeder sein eigener Profi werden: von der sicheren Speicherung und übersichtlichen Verwaltung über die Bildkorrektur bis zur Präsentation als Dia-Schau und Fotobuch. Das eingesetzte Programm zur Bildbearbeitung und -verwaltung (Picasa in der neuesten Version von Google) ist kostenlos, einfach zu handhaben und bietet eine gute Übersicht über die eigenen Bilder. Nach Möglichkeit eigene Kamera/ Übertragungskabel oder Speicherstick mit eigenen Bildern mitbringen.

Teilnahmevoraussetzung:
Umgang mit dem PC.

EWS50 Johann Rüters
Mo, 16.30–18.55 Uhr, ab 10. Februar 2014
5 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 69,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

EWS52 Johann Rüters
Mo, 16.30–18.55 Uhr, ab 28. April 2014
5 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 69,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Fotos mal anders präsentieren

Das Programm PowerPoint 2010 bietet viele Möglichkeiten, Ihre Urlaubs- oder Familienerinnerungen kreativ darzustellen: Als einzelne Bilder, mit Musik unterlegt, als Videofilm. PowerPoint ist ein einfach zu erlernendes Programm, dass viele Ideen möglich macht.

Teilnahmevoraussetzungen:
Umgang mit Windows und Word.

DWS55 Carmela Klinge
Di + Do, 09.00–11.30 Uhr, ab 21. Januar 2014
4 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 57,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

EWS58 Carmela Klinge
Do, 14.00–16.25 Uhr, ab 13. Februar 2014
4 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 57,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

EWS59 Carmela Klinge
Di + Do, 09.00–11.30 Uhr, ab 06. Mai 2014
4 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 57,- €
inkl. Pausengetränke
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Ihre Anmeldung wird in der Regel nicht von uns bestätigt; wenn Sie nichts von uns hören, bedeutet das „Grünes Licht"

Quer durch die Office-Programme 2010

Word, Excel, PowerPoint, Publisher, Outlook, Internet

Für neugierige Senioren: Nachdem Sie mit Word in die PC-Welt eingestiegen sind, möchten Sie weitere Möglichkeiten kennenlernen? Wir probieren oder wiederholen gemeinsam in entspannter Atmosphäre. Für Arbeiten zu Hause bekommen Sie Unterlagen.

Quer durch die Office-Programme 2010 - Kurs 1

In diesem Kurs machen Sie sich vertraut mit den Grundfunktionen der Office-2010-Programme:

- Word: Texte gestalten, verändern
- Excel: einfache Tabellen, Grundrechenarten
- PowerPoint: einfache Präsentation
- Publisher: Visitenkarten
- Outlook: E-Mail
- Internet: Texte und Bilder

Voraussetzung: Grundkenntnisse in Word

EWS70 Heide-Marie Appel
Di, 11.30–13.55 Uhr, ab 11. Februar 2014
7 Termine, 21 Unterrichtsstunden, 92,- €
inkl. Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.05

Quer durch die Office-Programme 2010 - Kurs 2

Jetzt werden wir das interessante Zusammenspiel verschiedener Programme benutzen und uns die Arbeit dadurch vereinfachen. Neben Wiederholungen ist Folgendes geplant:

- Word: Tabellen, Dokumentvorlagen
- Excel: Diagramme
- PowerPoint: Wirkungsvoll präsentieren
- Publisher: Grußkarten
- Outlook: Terminkalender
- Internet: Suchfunktionen

Voraussetzung: Anfangskenntnisse in den Programmen entsprechend der Stufe 1.

EWS75 Heide-Marie Appel
Fr, 09.00–11.30 Uhr, ab 14. Februar 2014
7 Termine, 21 Unterrichtsstunden, 92,- €
inkl. Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

Quer durch die Office-Programme 2010 - Kurs 3

Wir wiederholen und verwenden Stoff aus den bisherigen Unterrichtsstufen. Jedoch wird das bisher Gelernte erweitert und verknüpft, sodass Sie von Stufe zu Stufe selbstständiger arbeiten können:

- Word: Texte umgestalten, Formatvorlagen
- Excel: Wiederholung und Erweiterung
- PowerPoint: Aufgaben und Lösungen
- Publisher: Erstellen einer Broschüre
- Outlook: Adressen verwalten
- Internet: kostenlose Programme

Voraussetzung: Stabile Grundkenntnisse entsprechend dem Stoff der Stufe 2.

EWS80 Heide-Marie Appel
Di, 11.30–13.55 Uhr, ab 29. April 2014
7 Termine, 21 Unterrichtsstunden, 92,- €
inkl. Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.05

Quer durch die Office-Programme 2010 - Kurs 4

Wir greifen zurück auf bisher Gelerntes und strecken die Fühler aus nach Neuem:

- Word: Aufzählungen, Gliederungen
- Excel: spezielle Aufgaben zum Wiederholen und Neulernen
- PowerPoint: Präsentation mit eigenem Thema
- Publisher: spezielle Flyer und Karten
- Outlook: Druckoptionen, E-Mails mit Anhang
- Internet: gezielte Recherche, Favoriten

Voraussetzung: Stabile Vorkenntnisse aus den vorherigen Stufen!

EWS85 Heide-Marie Appel
Fr, 09.00–11.25 Uhr, ab 25. April 2014
7 Termine, 21 Unterrichtsstunden, 92,- €
inkl. Pausengetränke
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

Apple iPad und iPhone

Dieser Kurs zeigt Ihnen, wie Sie Ihr iPad oder iPhone sicher und möglichst optimal nutzen können.

Weitere wichtige Informationen zu diesem Kurs erhalten Sie auf unserer Homepage oder über den Fachbereich.

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Das Mitbringen eines eigenen Geräts ist zwingend erforderlich.

EWS90 Dr. Guido Dieterich
Fr 07. - Sa 08. März 2014
Fr, 14.00–19.00 Uhr
Sa, 10.00–17.00 Uhr
2 Termine, 14 Unterrichtsstunden, 79,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.01

EWS92 Dr. Guido Dieterich
Fr 11. - Sa 12. Juli 2014
Fr, 14.00–19.00 Uhr
Sa, 10.00–17.00 Uhr
2 Termine, 14 Unterrichtsstunden, 79,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.05

Mein eigenes Fotobuch

– Kurs für Senioren

Das Internet gibt uns die Möglichkeit, ein schönes Fotobuch mit eigenen Bildern selbst zu gestalten.

Die Zutaten: Eigene digitale Bilder, ein kostenloses Programm, das schnell erlernt sowie auch zu Hause genutzt werden kann und Ihre Kreativität, machen das Fotobuch zu etwas Besonderem.

Teilnahmevoraussetzungen: Kenntnisse in Windows, Word und Internet.

Für die Teilnehmer gibt es vom Hersteller(CeWe-Color) einen Gutschein für ein Fotobuch im Wert von EUR 26,95.

Bitte eigene Digitalfotos auf USB-Stick oder CD mitbringen.

EWS54 Elke Meyerdierks
FR, 7. Februar 2014, 14.00 - 17.15 Uhr
FR, 14. Februar 2014, 14.00 - 17.15 Uhr
2 Termine, 45,- € inkl. Pausengetränke

EWS55 Merle Hübner
Mo, 24. März 2014, 16.30 - 19.45 Uhr
Mo, 31. März 2014, 16.30 - 19.45 Uhr
2 Termine, 45,- € inkl. Pausengetränke

EWS56 Carmela Klinge
Di, 20. Mai 2014, 08.45 - 12.00 Uhr
Do, 22. Mai 2014, 08.45 - 12.00 Uhr
2 Termine, 45,- € inkl. Pausengetränke

EWS57 Carmela Klinge
Mo, 16. Juni 2014, 16.30 - 19.45 Uhr
Mo, 23. Juni 2014, 16.30 - 19.45 Uhr
2 Termine, 45,- € inkl. Pausengetränke

LehrgangssystemFinanzbuchhalter/-in (VHS)

FiBu

Pflichtmodule

- Buchführung 1 (ohne Prüfung)
- Buchführung 2
- Recht und Finanzen
- Betriebliches Steuerrecht 1
- Bilanzierung
- Kosten- und Leistungsrechnung 1

Wahlmodule

- Finanzbuchhaltung mit EDV
- Kosten- und Leistungsrechnung 2
- Betriebliches Steuerrecht 2

Der Lehrgang richtet sich an:

- Beschäftigte in Handel, Industrie und Verwaltung, die eine Tätigkeit im betrieblichen Rechnungswesen anstreben
- Nichtbeschäftigte mit dem Ziel der Wieder-/Eingliederung in das Erwerbsleben

Der Abschluss „Finanzbuchhalter/-in (VHS)“ qualifiziert aufgrund des betriebswirtschaftlichen und steuerrechtlichen Schwerpunkts für Tätigkeiten im Bereich Buchhaltung und Rechnungswesen.

Das Gesamtzertifikat wird erteilt, wenn die Prüfungen für fünf Pflichtmodule und ein Wahlmodul innerhalb von vier Jahren bestanden wurden.

Geprüfte Fachkraft Office (VHS)

FK-Office

Pflichtmodule

- Allgemeine BWL
- Organisation / Führung / Kommunikation
- Korrespondenz / Protokollführung
- Büroorganisation / -technik
- Tastschreiben
- Xpert Textverarbeitung Basic

Wahlmodule

- Xpert Tabellenkalkulation
- Xpert Präsentation
- Xpert Kommunikation

Der Lehrgang richtet sich an:

- Beschäftigte im Büro- und Verwaltungsbereich
- Nichtbeschäftigte mit dem Ziel der Wieder-/Eingliederung in das Erwerbsleben

Das Gesamtzertifikat „Geprüfte Fachkraft Office (VHS)“ wird erteilt, wenn die Pflichtmodule erfolgreich absolviert wurden. Das Gesamtzertifikat „Geprüfte Fachkraft Office professionell (VHS)“ wird erteilt, wenn neben den Pflichtmodulen noch zwei Wahlmodule erfolgreich absolviert wurden.

Das Lehrgangssystem „Bürofachkraft (VHS)“ wird in aktualisierter, erweiterter Form unter dem Titel „Geprüfte Fachkraft Office (VHS)“ angeboten. Teilnehmer des bisherigen Lehrgangssystems „Bürofachkraft (VHS)“ können dieses zu Ende führen.

Büro-FK

Lehrgangssysteme im Bereich „Kaufmännische Praxis“

FK-LuG

Fachkraft Lohn- und Gehaltsabrechnung (VHS)

- Lohn- und Gehaltsabrechnung Theorie
- EDV-Lohn- und Gehaltsabrechnung

Der Lehrgang richtet sich an:

- Beschäftigte in Handel, Industrie und Verwaltung, die eine Tätigkeit im Bereich der Personalsachbearbeitung anstreben
- Nichtbeschäftigte mit dem Ziel der Wieder-/Eingliederung in das Erwerbsleben
- Selbstständige (und Angehörige) im eigenen Betrieb

Ziel des Lehrgangs ist es, anfallende Daten in der Lohnbuchhaltung nach dem neusten Stand der gesetzlichen Bestimmungen zu verarbeiten.

FK-Perso

Fachkraft Personalabrechnung (VHS)

- Arbeitsrecht für die Abrechnung
- Lohn- und Gehaltsabrechnung Theorie
- EDV-Lohn- und Gehaltsabrechnung

Nach erfolgreichem Abschluss des Lehrgangssystems „Lohn und Gehaltsabrechnung“ innerhalb von einhalb Jahren kann mit dem zusätzlichen Modul „Arbeitsrecht für die Abrechnung“ das Gesamtzertifikat „Fachkraft Personalabrechnung (VHS)“ erreicht werden.

Sie können die einzelnen Lehrgänge auf dieser Seite selbstverständlich auch belegen, wenn Sie keinen Abschluss anstreben!

FK-ReWe

Fachkraft Rechnungswesen (VHS)

- Buchführung 1 + 2
- EDV-Finanzbuchhaltung
- Betriebliches Steuerrecht I

Der Lehrgang richtet sich an:

- Beschäftigte in Handel, Industrie und Verwaltung, die im Unternehmen eine unterstützende Tätigkeit im betrieblichen Rechnungswesen anstreben.
- Nichtbeschäftigte mit dem Ziel der Wieder-/Eingliederung in das Erwerbsleben

Ziel des Lehrgangs ist es, die im betrieblichen Rechnungswesen anfallenden Daten nach dem neusten Stand der gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbeiten.

FK-PRW

Fachkraft Personal- und Rechnungswesen (VHS)

- Buchführung 1 + 2
- EDV-Finanzbuchhaltung
- Betriebliches Steuerrecht I
- Arbeitsrecht für die Abrechnung
- Lohn- und Gehaltsabrechnung Theorie
- EDV-Lohn- und Gehaltsabrechnung

Nach erfolgreichem Abschluss der Lehrgangssysteme „Fachkraft Rechnungswesen“ (Spalte 3) und „Fachkraft Personalabrechnung“ (Spalte 2) innerhalb von dreieinhalb Jahren wird das Gesamtzertifikat „Fachkraft Personal- und Rechnungswesen (VHS)“ erreicht.

abc *An den verschiedenen Symbolen erkennen Sie die Kurse, die zu einem Lehrgangssystem passen.*

Buchführung 1 - für Einsteiger

FiBu FK-PRW FK-ReWe Büro-FK

Notwendigkeit und Bedeutung der Buchführung, Inventar, Inventur, Bilanz, Errichten von Bestandskonten und Buchen einfacher Geschäftsvorfälle mit Abschluss; einfache und zusammengesetzte Buchungssätze; Kontenrahmen (insbes. IKR), Erfolgskonten einschließlich direkter Abschreibung, Privatkonten, Handelsware, Roh-, Hilfs- und Betriebsstoffe, Umsatzsteuer, Preisnachlässe, Boni, Skonti, Rabatte; Buchen nach Belegen; Kontokorrent.

Zielgruppe: Beschäftigte aller Berufsgruppen und interessierte Laien, die sich mit der betrieblichen Praxis der Buchführung vertraut machen wollen. Die Teilnehmer benötigen keine Vorkenntnisse.

Der Lehrgang kann in Verbindung mit dem Kurs „Buchführung 2“ verwendet werden u. a. als Baustein der Lehrgangssysteme „Finanzbuchhalter/in (VHS)“ und „Bürofachkraft (VHS)“.

EWK01 Rita Krech
Mo, 18.30–21.00 Uhr
ab 24. Februar 2014
14 Termine, 42 Unterrichtsstunden, 149,- €
inkl. Lehrbuch
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Untergeschoss Raum B006

FWK01 Horst-Peter Zimmermann
Mi, 18.30–21.00 Uhr
ab 17. September 2014
14 Termine, 42 Unterrichtsstunden, 149,- €
inkl. Lehrbuch
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B114

EWK03BU Reiner Bink
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 07.04.2014 - Fr 11.04.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 159,- €
inkl. Lehrbuch
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Buchführung 2 - Aufbaukurs

FiBu FK-PRW FK-ReWe Büro-FK

Wiederholung und Vertiefung der Grundlagen: Kosten und Leistungen im Betrieb, Besonderheiten beim Ein- und Verkauf (Rücksendungen, Preisnachlässe, Boni/Skonti), Bestandsveränderungen; Betriebs- und Ertragssteuern, Abschreibungen auf Anlagen, Besonderheiten bei der Umsatzsteuer (EU-Binnenmarkt, Vorsteuerabzüge), Buchung von Besitz- und Schuldwechseln, Abschreibungen und Wertberichtigung auf Forderungen, Personalkosten (Buchung von Lohn- und Gehaltsabrechnungen), Jahresabschlussarbeiten (zeitliche Abgrenzung, Rückstellungen, Betriebsübersicht); Prüfungsvorbereitung.

Teilnahmevoraussetzungen: Mindestvorkenntnisse entsprechend „Buchführung 1“ sind unbedingt erforderlich.

Der Lehrgang bereitet u. a. auf die Bausteinprüfung „Buchführung“ der Lehrgangssysteme „Finanzbuchhalter/in (VHS)“ und „Bürofachkraft (VHS)“ vor.

Voraussichtlicher Prüfungstermin: 12.07.2014. Prüfungsgebühr: 50,- €.

EWK04 Horst-Peter Zimmermann
Mi, 18.30–21.00 Uhr, ab 26. Februar 2014
16 Termine, 48 Unterrichtsstunden, 170,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B114

FWK04 Rita Krech
Mo, 18.30–21.00 Uhr, ab 15. September 2014
16 Termine, 48 Unterrichtsstunden, 170,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Untergeschoss Raum B006

FWK05BU Rita Krech
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 17.11.2014 - Fr 21.11.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 159,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

Buchführungstipps für Selbständige, Gewerbetreibende und Freiberufler

Das Seminar richtet sich an alle Selbständigen, Gewerbetreibende und Existenzgründer, die Fragen zu ihrer täglichen Buchhaltungspraxis haben.

Was sind die Grundsätze der ordnungsgemäßen Buchführung (GoB)? Bin ich überhaupt zur Buchführung verpflichtet? Wie organisiere ich den Ablauf der Buchführung und welche Fristen muss ich gegenüber dem Finanzamt einhalten? Wie führe ich ein Kassenbuch? Wie muss eine steuerlich anerkannte Rechnung aussehen? Was ist die umsatzsteuerliche Soll- oder Ist-Versteuerung? Wie stelle ich sicher, dass meine Betriebsbücher den Anforderungen des Finanzamtes genügen? Welche Zahlen aus der betriebswirtschaftlichen Auswertung sind für mich wichtig?

EWK06 Bernhard Patzelt
Wochenendseminar
Fr 27. - Sa 28. Juni 2014
Fr, 18.00–21.15 Uhr, Sa, 09.00–13.00 Uhr
2 Termine, 9 Unterrichtsstunden, 45,- €
inkl. Seminarmaterial
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

Finanzbuchhaltung mit EDV

FiBu FK-PRW FK-ReWe

Der Lehrgang führt systematisch und praxisbezogen in die Finanzbuchhaltung am PC ein. Die Teilnehmer lernen, ihre Kenntnisse der manuellen Buchführung auf die EDV-Buchhaltung zu übertragen.

Inhalte: Organisation und Durchführung der EDV-Buchhaltung; Praktische Arbeiten anhand von Beleggeschäftsgängen; BWA; Monats- und vorbereitende Jahresabschlussarbeiten; Datenpflege; Finanzwirtschaftliche Auswertungen.

Belegsammlung wird im Kurs gestellt. Gearbeitet wird mit dem Fibu-Programm Lexware.

Teilnahmevoraussetzungen:

Sichere Buchhaltungskenntnisse entsprechend „Buchführung 2“ sind unbedingt erforderlich, Grundkenntnisse der EDV zweckmäßig.

Der Lehrgang kann u. a. verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Finanzbuchhalter/in (VHS)“.

Voraussichtlicher Prüfungstermin: 06.07.2014. Prüfungsgebühr: 50,- €.

EWK08 Horst-Peter Zimmermann
Wochenendseminar
Fr 13. - Sa 14. Juni 2014
Fr 20. - Sa 21. Juni 2014
Fr 27. - Sa 28. Juni 2014
Fr 04. - Sa 05. Juli 2014
Fr, 16.30–21.15 Uhr
Sa, 08.30–16.00 Uhr
8 Termine, 56 Unterrichtsstunden, 224,- €
inkl. Belegsammlung und inkl. Lehrbuch
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

Das Lehrgangssystem „Bürofachkraft (VHS)“ wird in aktualisierter, erweiterter Form unter dem Titel „Geprüfte Fachkraft Office (VHS) angeboten. Teilnehmer des bisherigen Lehrgangssystems „Bürofachkraft (VHS)“ können diesen zu Ende führen.

abc *An den verschiedenen Symbolen erkennen Sie die Kurse, die zu einem Lehrgangssystem passen.*

Kursangebote nach Maß

Ihre Mitarbeiter, Ihre Abteilung, Ihre Gruppe oder Sie benötigen Unterricht, der passgenau auf Ihre zeitlichen und inhaltlichen Bedürfnisse abgestimmt ist? Wir machen Ihnen gerne kurzfristig ein Angebot:

Telefon 0531 2412-0, info@vhs-braunschweig.de

Bilanzierung

FiBu

Kurze Wiederholung von Grundlagenwissen der Buchführung anhand von Aufgaben, darauf aufbauend: GKR (Stoffe-Bestände, Bezugskosten, Rücksendungen und Gutschriften), Leistungserstellung, Kalkulatorische Kosten, GoB, Anschaffungs- und Herstellungskosten, Bewertungsprinzipien, Ziele der Bewertungspolitik eines Unternehmens, Jahresabschluss, Analyse und Kritik des Jahresabschlusses, Kennziffern.

Der Lehrgang kann verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Finanzbuchhalter/in (VHS)".

Voraussichtlicher Prüfungstermin: 28.02.2015. Prüfungsgebühr: 50,- €.

FWK09 Dirk Wiegmann
Mo, 18.00–20.30 Uhr
ab 15. September 2014
17 Termine, 51 Unterrichtsstunden, 179,- €
inkl. Lehrbuch
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Untergeschoss Raum B009

Recht und Finanzen

FiBu
Büro-FK

Im Lehrgang werden die rechtlichen und betriebswirtschaftlichen Grundlagen wirtschaftlichen Handelns vermittelt.

Themenschwerpunkte sind:

- Zustandekommen von Verträgen, insbesondere des Kaufvertrages und seine Störungen, besondere Vertragsarten;
- Firmengrundsätze: Handelsregister, Kaufmannseigenschaft, Vollmachten;
- Rechtsformen der Unternehmung: GbR, Einzelunternehmen, OHG, KG, GmbH & Co KG, GmbH, AG, Stille Gesellschaft;
- Zahlungsverkehr: Zahlungsformen, Zahlungsmittel;
- Einzug von Forderungen: Kfm. und gerichtliches Mahnverfahren, Verjährung;
- Finanzierungsarten: Eigen- und Fremdfinanzierung, Factoring/Leasing, Bewertungskriterien zum Unternehmensrating;
- Kreditsicherung: Bürgschaft, Zession, Grundschuld, Hypothek, Sicherungsübereignung.

Der Lehrgang ist im Besonderen geeignet für Berufsein- und -umsteiger, aber auch für zukünftige Selbständige sowie allgemein für an Wirtschaftsfragen interessierten Menschen.

Der Lehrgang kann u. a. verwendet werden als Baustein der Lehrgangssysteme „Finanzbuchhalter/in (VHS)" und „Bürofachkraft (VHS)".

Ihre Anmeldung wird in der Regel nicht von uns bestätigt; wenn Sie nichts von uns hören, bedeutet das „Grünes Licht"

Voraussichtlicher Prüfungstermin: 19.07.2014. Prüfungsgebühr: 50,- €.

EWK10 Hannelore Pietsch
Di, 18.00–20.45 Uhr, ab 25. Februar 2014
16 Termine, 54 Unterrichtsstunden, 190,- €
inkl. Lehrbuch
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B108

FWK10 Hannelore Pietsch
Di, 18.00–20.45 Uhr, ab 16. September 2014
16 Termine, 54 Unterrichtsstunden, 190,- €
inkl. Lehrbuch
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B108

Allgemeine Betriebswirtschaftslehre

FK-Office

Bürofachkräfte beherrschen nicht nur die gängige EDV-Software, sondern besitzen auch kaufmännisches Grundwissen. Betriebswirtschaftliche Fachbegriffe werden angewendet und rechtliche Rahmenbedingungen müssen beachtet werden.

Das Modul „Allgemeine Betriebswirtschaftslehre" vermittelt Kenntnisse und Fähigkeiten zu den Schwerpunkten:

- Stellung des Unternehmens in der Gesamtwirtschaft
- Betriebliche Grundfunktionen
- Auftragsbearbeitung und Kaufvertragsrecht
- Personalwesen
- Rechnungswesen und Controlling

Teilnahmevoraussetzungen: Keine

Der Lehrgang kann verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Geprüfte Fachkraft Office (VHS)"

Voraussichtlicher Prüfungstermin: 12.07.2014. Prüfungsgebühr: 50,- €.

EWK12 Hella Scherff, Rita Krech, Martin Ewald
Mi, 18.00–21.15 Uhr, ab 05. März 2014
und 1x Samstag, 21.06.2014
16 Termine, 67 Unterrichtsstunden, 240,- €
inkl. Lehrbuch
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B207

Außenhandel - Exporte in aussereuropäische Länder

Außenhandel und Globalisierung: Wandel politischer, wirtschaftlicher, rechtlicher und kultureller Rahmenbedingungen; Internationale Organisationen, Handelsabkommen, GATT, Zollpräferenzen, Internationales Recht;

Informationsbeschaffung: Außenhandelskammern,, Wirtschaftsverbände, Förderprogramme, Subventionen; Markterschließungsstrategien, Marketingkonzeption international tätiger Unternehmen : Werbung, Preisgestaltung, Produktpolitik, Distributionskonzepte;

INCOTERMS und spezielle Lieferbedingungen als Grundlage von Exportverträgen; Absicherung finanzieller Risiken und Finanzierungsinstrumente; technische Rahmenbedingungen: Normen, Standards, Qualitätsnachweise;

Exportdokumente: Länderbezogene Erstellung der Dokumente: Aufmachung, Beglaubigungserfordernisse; Erläuterung gängiger Dokumenttypen und deren Funktion: Handelsrechnung, Zollfaktura, Ursprungszeugnis, Frachtbrief, Bill of Lading (B/L), Versicherungsdokumente, Zertifikate; Abwicklung von Akkreditivgeschäften; Versandwege: See-Container, LKW, Bahn, Luftfracht

Zielgruppe: Interessenten, die bereits über kaufmännisches Wissen verfügen und im Bereich Export/Import tätig werden wollen oder interessierte Laien, die sich einen Überblick über das Themengebiet verschaffen wollen.

EWK13 Martin Ewald
Fr 21. - So 23. Februar 2014, Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.00 Uhr, So, 10.00–13.15 Uhr
3 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 80,- €
VHSe Haus Heydenstraße 2, EG Raum E.05

Betriebliches Steuerrecht 1

FiBu
FK-PRW
FK-ReWe

Abgabenordnung: Rechte und Pflichten des Steuerpflichtigen und des Finanzamts, Steuererklärung und Steuerbescheid, Rechtsbehelfsverfahren. Bewertungsrecht: Ermittlung des Betriebsvermögens. Einkommensteuer: Gewinnbegriff, Betriebsausgaben, Absetzung für Abnutzung. Lohnsteuer: Durchführung des Lohnsteuerabzuges. Umsatzsteuer: Steuerbare und nicht steuerbare Umsätze, Steuerbefreiungen, Bemessungsgrundlage, Vorsteuerabzug. Gewerbesteuer: Gewerbesteuerpflicht, Besteuerungsgrundlagen, Steuermessbetrag. Sonstige Steuerarten. Fallstudien zu allen Steuerarten.

Empfohlene Gesetzestexte im Kurs, zusätzliche Kosten: ca. 10,- €.
Der Lehrgang kann u. a. verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Finanzbuchhalter/in (VHS)" und „Fachkraft Rechnungswesen (VHS)".

Voraussichtlicher Prüfungstermin: 26.07.2014. Prüfungsgebühr: 50,- €.

EWK14 Arne Habermann
Do 18.00–20.30 Uhr ab 27. Februar 2014
15 Termine und 1 Samstag nach Absprache
51 Unterrichtsstunden, 179,- €
inkl. Lehrbuch
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B116

FWK14 Arne Habermann
Do 18.00–20.30 Uhr ab 25. September 2014
15 Termine und 1 Samstag nach Absprache
51 Unterrichtsstunden, 179,- €
inkl. Lehrbuch
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B116

Betriebliches Steuerrecht 2

FiBu

Informationen zum Kurs erhalten Sie über die Fachberatung.

EWK15 N.N.
Voraussichtlicher Beginn: Herbst 2014
Interessenten können sich unverbindlich vormerken lassen über Tel. 0531 2412-0.

Kosten- und Leistungsrechnung 2

FiBu

Informationen zum Kurs erhalten Sie über die Fachberatung.

EWK17 Martin Ewald
Voraussichtlicher Beginn: Herbst 2014
Interessenten können sich unverbindlich vormerken lassen über Tel. 0531 2412-0.

Kosten- und Leistungsrechnung als Instrument betrieblicher Planung, Entscheidung und Kontrolle

Grundkonzept ein- und mehrstufiger Deckungsbeitragsrechnung: Aufbau von Kostenarten-, Kostenstellen- und Kostenträgerrechnungen (Kalkulation und Betriebsergebnis); Deckungsbeitragsrechnung als Grundlage betrieblicher Entscheidungen (Gewinnschwelle, Zusatzaufträge, Preisuntergrenzen); Mehrstufige Deckungsbeitragsrechnung in verschiedenen Wirtschaftszweigen: Fixkostenrechnung in Industrie-, Handels- und Dienstleistungsbetrieben; Relative Einzelkosten- und Deckungsbeitragsrechnung als Instrument mittelfristiger Kostenrechnung und Erfolgsplanung; Prozesskostenrechnung als Instrument der Vollkostenrechnung zur Kostensenkung; Target Costing; Systeme der Plankostenrechnung und deren Einsatz zur Kostenplanung und Analyse von Kostenabweichungen.

Zielgruppe: Interessenten, die bereits über kaufmännische / betriebswirtschaftliche Grundkenntnisse verfügen und sich einen Überblick über die Deckungsbeitragsrechnung im Betrieb verschaffen möchten.

FWK18 Martin Ewald
Fr 21. - So 23. November 2014
Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.00 Uhr
So, 10.00–13.15 Uhr
3 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 80,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

Kosten- und Leistungsrechnung 1

FiBu

Grundlagen: Kostenbegriffe, Elemente, Orga. Vollkostenrechnung: Kostenartenrechnung: Abgrenzungen: Ausgaben - Aufwendungen - Kosten; Einnahmen - Erträge - Leistungen. Kostenstellenrechnungen: Gemeinkostenumlage, innerbetriebliche Leistungsverrechnung, Maschinenstundensatzrechnung, Zuschlagssätze, Kostenüber-/-unterdeckung. Kostenträgerrechnung: Vor- und Nachkalkulation, Zuschlagskalkulation, Divisionskalkulation, Kostenträgerzeit- bzw. Ergebnisrechnung. Kostenrechnung in Handel und Dienstleistungsunternehmen. Teilkostenrechnung: Kritik der Vollkostenrechnung. Grundlagen der Deckungsbeitragsrechnung; Kostenarten-, -stellen, -trägerrechnung in der Teil-Kostenrechnung; Direct Costing, betriebswirtschaftliche Anwendungen der Deckungsbeitragsrechnung: Break even - Analyse, Nutzenschwelle, Sortimentsplanung, Engpass, Preisuntergrenzen. Teilkostenrechnung im Handel.

Der Lehrgang kann verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Finanzbuchhalter/-in (VHS)".

Voraussichtlicher Prüfungstermin:
nach Absprache. Prüfungsgebühr: 50,- €.

FWK19 Martin Ewald
Mi 18.30–21.00 Uhr ab 17. September 2014
16 Termine und 1 Samstag nach Absprache
57 Unterrichtsstunden, 210,- €
inkl. Lehrbuch
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Untergeschoss Raum B006

Kosten- und Leistungsrechnung 1

FiBu

Grundlagen und Funktionen der Kosten- und Leistungsrechnung (KLR), Abgrenzung Aufwand/Kosten, Erträge/Leistungen. Aufbau der KLR: Kostenarten-, Kostenstellen- und Kostenträgerrechnung und ihre Aufgaben; Vollkostenrechnung: Kosten- und Leistungsrechnung in Betrieben mit einfacher Struktur und einheitlichen Erzeugnissen (Baustoffindustrie u. ä.).

KLR in Betrieben mit Einzel- und Serienfertigung und technisch komplexen Erzeugnissen (Autoindustrie, Maschinenbau, Schienenfahrzeuge, Flugzeugbau u. ä.); KLR in Handels- und Dienstleistungsunternehmen;

Kostenartenrechnung: Abgrenzungstabellen; Kostenstellenrechnung: Vor- und Hauptkostenstellen, Kostenstellenplan, Gemeinkostenumlage, Zuschlagssätze, Kostenüber-/unterdeckung, Maschinenstundensatz; Kostenträgerrechnung: Divisions- und Zuschlagskalkulation, Ergebnisrechnung (Kostenträgerblatt); Teilkostenrechnung: Konzept, Aufbau und Anwendung der Deckungsbeitragsrechnung: Gewinnschwelle, Zusatzauftrag, Sortimentsbewertung, Preisuntergrenzen u. ä.; mehrstufige Deckungsbeitragsrechnung (Fixkostendeckungsrechnung): Kostenstellenrechnung, Kalkulation, Ergebnisrechnung.

In Verbindung mit dem Prüfungskurs *EWK19PK* geeignet als Baustein des Lehrgangssystems „Finanzbuchhalter/in (VHS)". Auskünfte bei der Fachberatung.

EWK19BU Martin Ewald
Ganztagsseminar/Bildungsurlaub
Mo 10.03.2014 - Fr 14.03.2014
08.30–16.00 Uhr
5 Termine, 40 Unterrichtsstunden, 159,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

Kosten- und Leistungsrechnung 1 - Prüfungsvorbereitung

FiBu

Prüfungsvorbereitungswochenende. Vertiefung der Inhalte aus dem Kosten- und Leistungsrechnung 1 Bildungsurlaub.

Teilnahmevoraussetzung: Kenntnisse entsprechend des Kurses Kosten- und Leistungsrechnung 1

Auskünfte bei der Fachberatung.

Voraussichtlicher Prüfungstermin:
29.03.2014. Prüfungsgebühr 50,- €

EWK19PK Martin Ewald
Wochenendseminar
Fr 21. - So 23. März 2014
Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.00 Uhr
So, 10.00–13.15 Uhr
3 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 80,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Raum siehe Aushang

Lohn- und Gehaltsabrechnungen

Lohn und Gehalt - Theorie

FK-LuG FK-Perso FK-PRW

In diesem Kurs werden alle Voraussetzungen erarbeitet, die für die einzelnen Arbeitsschritte der Lohn- und Gehaltsabrechnung wichtig sind. Dies sind zu Beginn die rechtlichen Grundlagen im Steuer, Tarif- und Arbeitsgesetz, Bruttolohnermittlung, Lohnsteuerabzug, Lohnsteuerklassen, steuerfreie Bezüge, An- u. Abmeldung und Nachweise zur Sozialversicherung, Sozialversicherungsbeiträge sowie Prüfung durch die Sozialversicherungsträger.

Anhand von Fallbeispielen können Verdienstabrechnungen diverser Arbeitnehmergruppen vom Brutto- bis zum Auszahlungsbetrag durchgerechnet werden.

Weiter werden Geringfügige und kurzfristige Beschäftigungsverhältnisse, Sachbezüge/geldwerte Vorteile, Entgeltfortzahlung, Reisekostenregelung sowie alle Arten von Zulagen behandelt.

In Übungen wird das theoretische Wissen praktisch angewendet. Zum Abschluss des

Bildungsurlaubslehrgänge

Eine chronologische Übersicht aller Bildungsurlaube finden Sie im Anfangsbereich des Programmheftes.

Lehrgangs werden besondere Themen wie Abfindungen, steuerfreie SFN-Zuschläge, Mutterschutz, Lohnpfändungen, März Klausel, Einmalzahlungen, Erholungsbeihilfen sowie Schwerbehinderungen behandelt.

Die vermittelten Kenntnisse ermöglichen die Teilnahme am Lehrgang „Lohn- und Gehaltsabrechnung mit EDV".

Der Lehrgang kann u. a. verwendet werden als Baustein der Lehrgangssysteme „Fachkraft Lohn und Gehalt (VHS)" und „Fachkraft Personalabrechnung (VHS)".

Voraussichtlicher Prüfungstermin: 07.02.2015. Prüfungsgebühr: 50,- €.

FWK20 Dirk Steinhagen
Mi, 18.00–21.15 Uhr
ab 17. September 2014
15 Termine, 60 Unterrichtsstunden, 210,- €
inkl. Lehrbuch
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
1. Obergeschoss Raum B207

Lohn- und Gehaltsabrechnung mit EDV

FK-Perso FK-LuG FK-PRW

Die Lohn- und Gehaltsabrechnung in Betrieben wird heute weitgehend mit Hilfe der EDV durchgeführt. Das Seminar führt anhand praxisbezogener Fallbeispiele in den Umgang mit einem professionellen Lohn-/Gehaltsprogramm (Lexware) ein. Die vermittelten Kenntnisse sollen die Teilnehmer in die Lage versetzen, mit Hilfe der EDV Abrechnungen unter Berücksichtigung der gesetzlich/tariflichen Vorschriften zu erstellen. Inhalte: Aufbau/Bedienung des Programms, Stammdatenpflege, Verarbeitung der Daten, Auswertungen.

Teilnahmevoraussetzungen:

Kenntnisse der Lohnbuchhaltung entsprechend des Kurses „Lohn/Gehalt-Theorie" sind unbedingt erforderlich, Grundkenntnisse der EDV zweckmäßig.

Der Lehrgang kann u. a. verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Fachkraft Lohn und Gehalt (VHS)".

Voraussichtlicher Prüfungstermin: 14.06.2014. Prüfungsgebühr: 50,- €.

EWK23 Dirk Steinhagen
Mi, 18.00–21.15 Uhr, ab 19. Februar 2014
14 Termine, 56 Unterrichtsstunden, 224,- €
inkl. Belegsammlung und Lehrbuch
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.01

Arbeitsrecht für die Abrechnung

FK-Perso FK-PRW

Lohn- und Gehaltsabrechnung sind ein eigenständiges Arbeitsgebiet in kleinen und mittleren Unternehmen. Sie fordern neben den buchhalterischen Fähigkeiten erweiterte Kenntnisse im Bereich Arbeitsrecht für die Abrechnung.

Die Teilnehmenden

- erhalten einen Überblick über das Kollektiv- und Individualarbeitsrecht;
- lernen die wesentlichen Bestimmungen dieser beiden Arbeitsrechtsgebiete kennen;
- bekommen einen Überblick über gesetzliche Vorschriften, die Auswirkungen auf die Abrechnung der Mitarbeiter haben;
- lernen arbeitsrechtliche Situationen sozialversicherungsrechtlich einzuordnen (SGB).

Literatur: Arbeitsgesetze (dtv), zusätzliche Kosten ca. 9,- €

Voraussetzung: Kaufmännische Grundkenntnisse sind unbedingt erforderlich.

Der Lehrgang kann u. a. verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Fachkraft Personalabrechnung (VHS)".

Voraussichtlicher Prüfungstermin: 21.06.2014. Prüfungsgebühr: 50,- €.

EWK25 Hella Scherff
Di, 18.00–20.30 Uhr
ab 25. Februar 2014
12 Termine, 36 Unterrichtsstunden, 129,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B112

FWK25 Hella Scherff
Di, 18.00–20.30 Uhr
ab 30. September 2014
12 Termine, 36 Unterrichtsstunden, 129,- €
Otto-Bennemann-Schule Standort Blasiusstr. 5
Erdgeschoss Raum B112

Steuer

Einkommensteuer

Einführung in die für die Einkommensteuererklärung des Jahres 2013 wichtigen Bestimmungen des Steuerrechts. Insbesondere werden die Änderungen gegenüber dem Vorjahr besprochen.

Mit Hilfe von Beispielen, praktischen Fällen und Erläuterungen einzelner Vorschriften und Verwaltungsanweisungen sollen Teilnehmer (auch ohne Vorkenntnisse) in die Lage versetzt werden, ihre Steuererklärungen richtig auszufüllen.

Das vom Finanzamt ausgegebene Programm Elster wird anhand einer Präsentation kurz vorgestellt. Der Kurs richtet sich vor allem an nichtselbständige Arbeitnehmer und einkommensteuerpflichtige Rentner.

EWK50 Michael Schanz
Fr 25. - Sa 26. April 2014
Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–16.30 Uhr
2 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 60,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.01

Umsatzsteuer für Einsteiger

Einführung in das deutsche Umsatzsteuerrecht - ohne innereuropäischen Warenverkehr und Sonderfälle. Wer ist Unternehmer: Eigenschaften und Voraussetzungen. Steuerbare Umsätze, Steuerpflicht und Steuerbefreiungen. Bemessungsgrundlage, Umsatzsteuersätze. Rechnungslegung: Gesonderter Ausweis der Umsatzsteuer, Vorsteuerabzug Umsatzsteuervoranmeldung, Umsatzsteuererklärung Soll- und Istversteuerung, Kleinunternehmer, Option zur Umsatzsteuerpflicht.

EWK51 Michael Schanz
Fr 04. - Sa 05. Juli 2014
Fr, 18.00–21.15 Uhr
Sa, 10.00–17.00 Uhr
2 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 60,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.03

Immobilien

Vortragsreihe 2014 Bauen, Wohnen, Energie

In Zusammenarbeit mit der verbraucherzentrale Niedersachsen bieten wir eine **Vortragsreihe zu den Themen Bauen, Wohnen, Energie** an:

Schlüsselfertige Häuser *DWK68*
21.01.2014

Energieeinsparung *EWK69*
04.03.2014

Jeweils von 18.30 – 20.00 Uhr
12,- €

Volkshochschule Braunschweig GmbH
Alte Waage 15, Zwischengeschoss

Immobilienfinanzierung - so finden Sie die beste Finanzierung für Ihr Haus

Eigenheim statt Miete - das ist nach wie vor der Traum vieler Deutscher. Aus gutem Grund: Die monatlichen Kosten sind oft nicht viel höher als die Miete; auch als Altersvorsorge ist eine Immobilie interessant. Aktuell sind die Zinsen sehr günstig - aber Vorsicht! Mal schnell im Internet ein Darlehen einkaufen, kann auf Dauer teuer werden!

Was für Eltern / Großeltern richtig und wichtig war, kann bei heutigen veränderten Bedingungen für Sie zum Problem werden.

Deshalb sollten Sie sich vorher gut informieren: Lernen Sie dazu in diesem Seminar die unterschiedlichen Konzepte und Kreditgeber kennen. Ermitteln Sie Ihren Bedarf und die wahren Kosten einer Finanzierung, um ein nachhaltiges Finanzierungskonzept zu erstellen.

Das Seminar richtet sich an private Bauherren, Immobilienkäufer, und alle, die es werden wollen.

EWK61 Hans-Werner Gast
Fr 14. - Sa 15. Februar 2014
Fr, 18.30–21.15 Uhr
Sa, 13.00–18.00 Uhr
2 Termine, 9 Unterrichtsstunden, 45,- €
inkl. Seminarmaterial
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

Reparatur, Instandsetzung oder Modernisierung?

Was gibt es zu beachten, wenn der Wohnwert der Immobilie, Eigentumswohnung, Mietwohnung nachhaltig verbessert werden soll. Anhand von Beispielen soll in diesem Kurs aufgezeigt werden, welche vertrags- und mietrechtlichen Konsequenzen Baumaßnahmen haben und welche Fallstricke sich vermeiden lassen sollten.

Welche Formen von Anrechenbarkeit der Kosten gibt es? Welche Kosten lassen sich als Modernisierungskosten umlegen? Dieser Kurs richtet sich überwiegend an Nutzer und Mieter von Wohnungen.

EWK62 Stefan Kasch
Sa, 10.00–15.00 Uhr am 22. März 2014
1 Termin, 6 Unterrichtsstunden, 30,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

Betriebskostenabrechnung

Jährlich werden nach Auskunft des deutschen Mieterbundes ca. 32 Millionen Abrechnungen versandt. Die Auseinandersetzungen um eine inhaltlich und formal korrekt erstellte Abrechnung beschäftigen mittlerweile Heerscharen von Anwälten. Grund genug, sich einmal zu verdeutlichen, was eine formal und inhaltliche korrekt erstellte Betriebskostenabrechnung ist. Ausgehend von dem Kriterienkatalog des BGH von 1981 stellt sich die Frage, was Betriebskosten sind, wie sie angesetzt und abgerechnet werden können, wie Abrechnungsergebnisse zustande kommen und wie aussagekräftig sie für den Vermieter und den Mieter sind. Dieser Kurs wendet sich an Eigentümer, private Hausverwaltungen und Mieter.

EWK63 Stefan Kasch
Sa, 10.00–15.00 Uhr am 24. Mai 2014
1 Termin, 6 Unterrichtsstunden, 30,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.03

Wohneigentum begründen und verwalten

Behandelt werden in einem ersten Teil: Rechtsgrundlagen, Wohn-, Teil- und Sondereigentum, rechtliche Entstehung, Voraussetzung und Bescheinigungen, Abgeschlossenheitsbescheinigung, Aufteilungsplan, Grundbuch, Verwaltung, Verwaltervertrag, Wirtschaftsplan, Abrechnung der Hauswirtschaftskosten.

In einem zweiten Teil wird es um die Eigentümergemeinschaft mit ihren Rechten und Pflichten gehen.

EWK64 Stefan Kasch
Do, 18.00–21.15 Uhr
ab 19. Juni 2014
5 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 90,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.04

Schlüsselfertighäuser: Warnung vor finanziellen Überraschungen

Für Fertighäuser wird mit kalkulierbaren Kosten, kurzer Bauzeit und schlüsselfertiger Errichtung geworben. Um keine bösen Überraschungen zu erleben, sollten einige Punkte beachtet werden. Welche Kosten sind nicht im Bauwerksvertrag aufgeführt bzw. mit welchen Nebenkosten muss noch gerechnet werden? Welche Gefahren gehen vom Grundstück aus? Kann ich mich auch bei den Nebenkosten absichern? Was ist beim Bauablauf zu beachten? Brauche ich einen Gutachter auf der Baustelle?

DWK68 Holger Reim
Di, 18.30–20.00 Uhr am 21. Januar 2014
1 Termin, 2 Unterrichtsstunden, 12,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

Energieeinsparung - Für die Zukunft gebaut

Die Energiestandards sind entscheidend beim Hausbau. Welche Kriterien muss ich beim Bauen eines energiesparenden Hauses beachten? Welche Möglichkeiten habe ich bei der Planung und beim Bauen, den späteren Energieverbrauch eines Gebäudes zu beeinflussen? Ein kurzer Überblick.

EWK69 Margrit Zawieja
Di, 18.30–20.00 Uhr am 04. März 2014
1 Termin, 2 Unterrichtsstunden, 12,- €
Volkshochschule Haus Alte Waage 15
Zwischengeschoss Unterrichtsraum

Internationale Filme

A touch of Sin / Tian Zhu Ding
von Jia Zhang, China 2013

Originalversion mit Untertiteln
So, 23. Februar 2014, 17.00 Uhr
7 €
Universum-Kino
BEIL05 *Anmeldung erforderlich*

Eine Kooperation der Volkshochschule mit dem UNIVERSUM Filmtheater

Kaufmännisches Rechnen

Kaufmännisches Rechnen mit Excel Teil 1

In diesem Kurs werden kaufmännische Fragen orientiert an Unternehmensprozessen schnell und einfach gelöst. Zunächst wird Basiswissen vermittelt: Der Einsatz von Funktionen für Währungs-, Verteilungs- und Prozentrechnung. Statistikfunktionen sollen anschließend helfen, die Ergebnisse auszuwerten. Schließlich geht es konkret darum, Preise und Kosten zu analysieren, um die optimale Kaufentscheidung zu treffen. Alles mit dem richtigen Einsatz von Excel-Funktionen.

Teilnahmevoraussetzungen:
Sichere Windowskenntnisse

EWK70 Merle Hübner
Di, 18.00–21.15 Uhr
ab 06. Mai 2014
3 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 60,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.01

FWK71 Merle Hübner
Di, 18.00–21.15 Uhr
ab 07. Oktober 2014
3 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 60,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.01

Kaufmännisches Rechnen mit Excel Teil 2

Auch im zweiten Teil werden kaufmännische Fragestellungen Schritt für Schritt erklärt. Wir wollen Produkt- und Preiskalkulationen in verschiedenen Varianten durchführen. Für das Controlling werden Tabellen konsolidiert, Deckungsbeiträge und Gewinnschwellen ermittelt. Soll investiert werden? Wie sieht der Trend aus? Im Rechnungswesen werden Funktionen für die Zinsberechnung benötigt. Alle Fragestellungen werden an praktischen Beispielen demonstriert.

Teilnahmevoraussetzungen:
Sichere Windowskenntnisse und Vorkenntnisse entsprechend Kurs Teil 1.

EWK72 Merle Hübner
Di, 18.00–21.15 Uhr
ab 17. Juni 2014
3 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 60,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.01

FWK73 Merle Hübner
Di, 18.00–21.15 Uhr
ab 11. November 2014
3 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 60,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.01

Ihre Anmeldung wird in der Regel nicht von uns bestätigt; wenn Sie nichts von uns hören, bedeutet das „Grünes Licht"

Tastschreiben am PC

Tastschreiben am PC nach dem 10-Finger-System

FK-Office Büro-FK

Sicher und schnell schreiben am PC - möchten Sie das lernen? Je sicherer Sie auf der Tastatur sind, desto mehr können Sie sich auf den Inhalt Ihrer Arbeit konzentrieren.

Mit ausgesuchten Übungen gewöhnen Sie sich daran, alle 10 Finger am PC zu benutzen. Die Griffe werden systematisch erarbeitet, das Schreiben wird gezielt trainiert und die Schreibgeschwindigkeit gesteigert. Außerdem werden Sie im Kurs mit den Grundfunktionen des Word-Programms vertraut gemacht und benutzen die aktuellen Schreib- und Gestaltungsregeln im Schriftverkehr nach DIN 5008. Zum Schluss erhalten Sie eine Leistungsbescheinigung.

Es sind keine PC- oder Schreibmaschinen-Kenntnisse erforderlich.

EWL01 Elke Meyerdierks
Mo, 16.30–18.45 Uhr, ab 10. Februar 2014
10 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 129,- €
inkl. Lehrbuch
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.01

EWL02 Leonore Stolte
Di, 19.00–21.15 Uhr, ab 11. Februar 2014
10 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 129,- €
inkl. Lehrbuch
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.01

EWL03 Elke Meyerdierks
Mi, 19.00–21.15 Uhr, ab 07. Mai 2014
10 Termine, 30 Unterrichtsstunden, 129,- €
inkl. Lehrbuch
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.11

EWL05BU Heide-Marie Appel
Halbtagsseminar/Bildungsurlaub
Vormittagskurs in den Osterferien
Mo 07.04.2014 - Fr 11.04.2014
08.30–12.30 Uhr
5 Termine, 25 Unterrichtsstunden, 111,- €
inkl. Lehrbuch
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.05

FWL06BU Elke Meyerdierks
Halbtagsseminar/Bildungsurlaub
Vormittagskurs in den Sommerferien
Mo 11.08. - Fr 15.08.2014, 08.30–12.30 Uhr
5 Termine, 25 Unterrichtsstunden, 111,- €
inkl. Lehrbuch
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.05

FWL07BU Heide-Marie Appel
Halbtagsseminar/Bildungsurlaub
Vormittagskurs in den Sommerferien
Mo 25.08. - Fr 29.08.2014, 08.30–12.30 Uhr
5 Termine, 25 Unterrichtsstunden, 111,- €
inkl. Lehrbuch
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.05

Tastschreiben am PC - intensiv

FK-Office Büro-FK

Mit einer modernen Methode der Kombination von Bewegungs- und Überlegungsabläufen lassen sich alle Arten von Bewegungsabläufen auf der Tastatur so schnell und sicher erlernen, dass Sie sich an drei Terminen die gesamte Tastatur erarbeiten, einschließlich der wichtigsten Regeln nach DIN 5008. Und so ganz nebenbei erhalten Sie noch eine Einführung in die Grundfunktionen der Textverarbeitung.

Keine Vorkenntnisse am PC erforderlich.

Der Lehrgang kann u. a. verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Geprüfte Fachkraft Office (VHS)".

EWL12 Elke Meyerdierks
Wochenendseminar
Fr 14. - So 16. März 2014, Fr, 17.00–21.15 Uhr
Sa, 09.00–15.00 Uhr, So, 09.00–15.00 Uhr
3 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 98,- €
inkl. Lehrbuch
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.01

FWL13 Elke Meyerdierks
Vormittagskurs in den Sommerferien
Mo, 08. September 2014, 08.30–13.00 Uhr
Di, 09. September 2014, 08.30–13.00 Uhr
Mi, 10. September 2014, 08.30–13.00 Uhr
3 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 98,- €
inkl. Lehrbuch
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

Tastschreiben am PC für Kids (9-13 Jahre)

Mit einer modernen Methode der Kombination von Bewegungs- und Überlegungsabläufen lassen sich alle Arten von Bewegungsabläufen auf der Tastatur so schnell und sicher erlernen, dass an vier Tagen die gesamte Tastatur erarbeitet wird, einschließlich der wichtigsten Regeln nach DIN 5008. Und so ganz nebenbei erhält man noch eine Einführung in die Grundfunktionen der Textverarbeitung.

Keine Vorkenntnisse am PC erforderlich.

Schüler-Kursgebühr 89,- €
Gebühr Geschwisterkind 67,- €

EWL25 Elke Meyerdierks
Vormittagskurs in den Osterferien
Mo, 07. April 2014, 09.00–12.30 Uhr
Di, 08. April 2014, 09.00–12.30 Uhr
Mi, 09. April 2014, 09.00–12.30 Uhr
Do, 10. April 2014, 09.00–12.30 Uhr
4 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 89,- €
inkl. Lehrbuch
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

EWL26 Elke Meyerdierks
Vormittagskurs in den Osterferien
Mo, 14. April 2014, 09.00–12.30 Uhr
Di, 15. April 2014, 09.00–12.30 Uhr
Mi, 16. April 2014, 09.00–12.30 Uhr
Do, 17. April 2014, 09.00–12.30 Uhr
4 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 89,- €
inkl. Lehrbuch
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

FWL27 Elke Meyerdierks
Vormittagskurs in den Sommerferien
Mo, 04. August 2014, 09.00–12.30 Uhr
Di, 05. August 2014, 09.00–12.30 Uhr
Mi, 06. August 2014, 09.00–12.30 Uhr
Do, 07. August 2014, 09.00–12.30 Uhr
4 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 89,- €
inkl. Lehrbuch
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

FWL29 Elke Meyerdierks
Vormittagskurs in den Sommerferien
Mo, 25. August 2014, 09.00–12.30 Uhr
Di, 26. August 2014, 09.00–12.30 Uhr
Mi, 27. August 2014, 09.00–12.30 Uhr
Do, 28. August 2014, 09.00–12.30 Uhr
4 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 89,- €
inkl. Lehrbuch
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

Schneller Schreiben am PC

(Maschinelle Texterstellung – Trainingskurs)

- Geschwindigkeitstraining einschließlich Leistungstests; DIN 5008 und DIN 676
- Briefgestaltung nach Direktdiktat; Wichtiges aus der neuen Rechtschreibung

Teilnahmevoraussetzung:
Kenntnisse im 10-Finger-Tastschreiben (mindestens 100 Anschläge/Min.).
Ziel: 150, 180 oder 230 Anschläge.

EWL31 Elke Meyerdierks
Di + Do 19.00 - 21.15 Uhr
Beginn: 8. Juli 2014
Prüfungstermin nach Vereinbarung
6 Termine, 18 Unterrichtsstunden, 72,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.01

Das Lehrgangssystem „Bürofachkraft (VHS)" wird in aktualisierter, erweiterter Form unter dem Titel „Geprüfte Fachkraft Office (VHS) angeboten. Teilnehmer des bisherigen Lehrgangssystems „Bürofachkraft (VHS)" können diesen zu Ende führen.

Büroorganisation und -technik

Büroorganisation und Bürotechnik

FK-Office Büro-FK

Selbst in einem Büro mit modernster technischer Ausstattung müssen bestimmte Grundlagen der Büroorganisation beachtet werden.

Ziel dieses Lehrgangs ist es, Kenntnisse und Arbeitstechniken zu vermitteln, damit die Bürotätigkeiten selbstständig und eigenverantwortlich erledigt werden können:

- zweckmäßige und funktionsgerechte Büroeinrichtung
- DIN-Normen und Papierformate
- Bearbeitung der Ein-/Ausgangspost: Paket-/Briefpost, Faxe, Mails etc.
- Schriftgutverwaltung - die übliche Ablage und/oder Informationen speichern im EDV-System
- rationelles Bearbeiten der Korrespondenz - Serienbriefe, Textbausteine etc. mit Word
- Terminplanung - der gute alte Kalender und/oder Outlook
- Telekommunikation und Informationsübertragung (Internet etc.)

Der Lehrgang kann u. a. verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Bürofachkraft (VHS)“ und „Geprüfte Fachkraft Office (VHS)“.

Voraussichtlicher Prüfungstermin: nach Absprache. Prüfungsgebühr: 50,- €.

EWL30 Elke Meyerdierks
Do, 19.00–21.15 Uhr
ab 13. Februar 2014
13 Termine, 39 Unterrichtsstunden, 138,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.11

Korrespondenz/ Protokollführung

FK-Office

Geschäftsbriefe empfängerorientiert formulieren, Protokolle und Besprechungsnotizen aussagekräftig und korrekt verfassen, E-Mails schreiben gehören zu den alltäglichen Aufgaben im Büro. Die sichere Beherrschung von Rechtschreibung und Interpunktion werden ebenso erwartet wie Kenntnisse der DIN-Normen.

In diesem Kurs lernen Sie anhand von praxisnahen Beispielen den richtigen Aufbau eines Briefes und wie Sie Gesprächsinhalte kurz und präzise wiedergeben können.

Folgende Schwerpunktthemen werden vermittelt:

- Rechtschreibung, Interpunktion, Stilistik und Ausdruck
- Schriftverkehr, maschinelle Texterstellung, (DIN 5008/676)
- Protokollführung und -erstellung

Der Lehrgang kann verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Geprüfte Fachkraft Office (VHS)“

Voraussichtlicher Prüfungstermin: 28.06.2014. Prüfungsgebühr: 50,- €.

EWL40 Leonore Stolte
Mo, 18.00–21.15 Uhr
ab 24. Februar 2014
14 Termine, 56 Unterrichtsstunden, 196,- €
Lehrbuch nach Absprache im Kurs
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.03

Organisation/Führung/ Kommunikation

FK-Office

Die Einbindung in das soziale Gefüge eines Unternehmens, die Einordnung in die betriebliche Struktur und der Umgang mit Vorgesetzten und Kollegen sind wichtige Bestimmungsfaktoren für die Zufriedenheit der Beschäftigten. Kenntnisse der Organisationslehre, der Personalführung und der Kommunikationspsychologie sind erforderlich, um betriebliche Arbeits-, Gesprächs- und Konfliktsituationen analysieren und einordnen zu können.

Das Modul Organisation, Führung und Kommunikation vermittelt Kenntnisse und Fähigkeiten zu folgenden Schwerpunkten:

- Betriebliche Organisationslehre
- Personalführung
- Kommunikationspsychologie und Verhalten in betrieblichen Gesprächssituationen

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Der Lehrgang kann verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Geprüfte Fachkraft Office (VHS)“

Voraussichtlicher Prüfungstermin: 14.02.2015. Prüfungsgebühr: 50,- €.

FWL41 Leonore Stolte
Mo, 18.00–21.15 Uhr
ab 06. Oktober 2014
13 Termine, 52 Unterrichtsstunden, 182,- €
Lehrbuch nach Absprache im Kurs
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Erdgeschoss Raum E.05

Bei uns werden Farben lebendig. Jeden Tag auf's Neue. Im März 2013 hat das neue Druckzentrum Braunschweig im Gewerbepark Hansestraße eröffnet. Unter einem Dach haben sich alle Produktionsabteilungen vereinigt und gewährleisten bei jeder Produktion ein hohes Maß an Flexibilität, Funktionalität und Effizienz. Auf 7.550 m² – ausgestattet mit modernster Technik – produzieren wir für Sie jeden Tag Zeitungen, Zeitschriften, Beilagen, Anzeigenblätter, Rätselhefte und Kataloge aus Überzeugung und in bestechender Druckqualität, naturgetreuen Farben und gestochen scharfen Bildern. **Rollenoffset-Produkte, die auch auf den zweiten Blick das halten, was der erste Eindruck verspricht.**

DRUCKZENTRUM **BRAUNSCHWEIG**

Ein Unternehmen der FUNKE Zeitungsdruckereien.
www.dz-braunschweig.de

1. Halbjahr 2014

Zurück in den Beruf Seite 129
Computerkurse für Frauen Seite 130
Überbetrieblicher Verbund Frau und Beruf e. V. Seite 132
Grundlagen der Büroarbeit Seite 135
Selbstcoaching und Kommunikation Seite 136
Bewerbung / Jobsuche Seite 138
Existenzgründung für Frauen Seite 139
Frauen in Führungspositionen Seite 141

Dietlinde Tartler
Leiterin Koordinierungsstelle Frau und Beruf

Dorothee Hermann
Leiterin Überbetrieblicher Verbund Frau und Beruf

Inga-Verena Schwanke
Sachbearbeiterin

„Zurück in den Beruf“

Der Weg zurück ins Berufsleben ist für Frauen, die sich mehrere Jahre ihrer Familie gewidmet haben, nicht leicht. Der Arbeitsmarkt, die Anforderungen in den Berufen, die Bewerbungsstrategien, aber auch viele gesetzliche Regelungen haben sich geändert. Je länger die berufliche Auszeit, desto unsicherer fühlen sich viele Frauen und trauen sich den Neustart nicht zu oder sehen keine Möglichkeit, Familie und beruflichen Wiedereinstieg zu vereinbaren.

Wir bieten Berufsrückkehrerinnen, aber auch Frauen, die noch in der Familienphase sind, ein Programm an, das sie auf den Wiedereinstieg vorbereitet – zu familienfreundlichen Zeiten am Vormittag.

Informationsveranstaltung zum Programm „Zurück in den Beruf“

In dieser Veranstaltung geben wir Ihnen einen Überblick über alle Frauenkurse im aktuellen Halbjahr. Nach Wunsch vereinbaren wir zeitnah individuelle Termine, wo wir Ihnen bei der Zusammenstellung der für Sie passenden Kurse oder Programmbausteine behilflich sind.

Di, 21. Januar 2014 , 10–11.30 Uhr

Volkshochschule Haus Heydenstraße 2, Raum 1.08
Wir bitten um Anmeldung aus organisatorischen Gründen.

Der Weg zum Job, der Dich erfüllt
Erlebnisabend

Vorgeschaltet zum Workshop Karriere-Navigator bieten wir Ihnen einen Erlebnisabend an, wo Sie den Karriere-Navigator kennen lernen und die ersten einfachen Übungen und Erfahrungen damit machen.

Die Teilnahme am Erlebnisabend ist keine Voraussetzung für die Teilnahme am Workshop.

EFA04 Dr. Andrea Diehl
Mo, 19.00–21.00 Uhr am 02. Juni 2014
1 Termin, 3 Unterrichtsstunden, 10,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.05

Hinweis:
Bei Anmeldung zum Workshop EFA07 werden die Kosten für den Erlebnisabend EFA04 angerechnet.

Der Weg zum Job, der Dich erfüllt
Workshop

Soll das alles gewesen sein? In mir schlummert doch noch so viel! Könnte ich mich beruflich noch mal neu orientieren? Wie kann ich im privaten und beruflichen Leben mein Potenzial noch besser ausschöpfen? Welcher Job erfüllt mich und macht mich zufrieden? Mit der ganzheitlichen Methode „Karriere-Navigator“ helfen wir Ihnen bei der Suche nach der Antwort auf diese Fragen. Gemeinsam entdecken wir auf der Basis Ihrer Lebenssituation, Ihrer vergessenen Kindheitsträume und Leidenschaften, sowie Ihrer schon erworbenen Qualifikationen, Ihre Talente, Stärken und Neigungen (wieder). Lassen Sie sich inspirieren und motivieren, entweder auf dem begonnenen Weg weiterzugehen, diesen Weg in anderer Form fortzusetzen oder sogar einen ganz neuen Weg einzuschlagen.

Das Ziel dieses intensiven Workshops ist die Entwicklung von mindestens drei Ideen für Ihre Zukunft. Sie bekommen eine Vorstellung davon, welche ersten Schritte Sie auf dem neuen Weg gehen können.

Am 02. Juni 2014 findet ein Erlebnisabend (EFA04) zum kennen lernen des „Karriere-Navigator“ statt.

EFA07 Dr. Andrea Diehl
Fr, 13. Juni 2014, 16.00–20.00 Uhr
Sa, 14. Juni 2014, 10.00–18.00 Uhr
2 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 80,- €
mit Förderantrag 43,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.08

Selbstbewusst in den Job - ein Neubeginn

Sie waren lange nicht im Job, möchten aber einen Neubeginn wagen? Sie brauchen nur noch den letzten Kick, um wieder durchzustarten? Oder sind Sie mit Ihrer aktuellen Arbeit unzufrieden und möchten sich verändern?

Dann wird dieses Seminar Sie weiterbringen, indem Sie

- Ihre Potenziale (wieder)erkennen und entfalten,
- Ihre Ressourcen nutzen lernen,
- Ihr Selbstbewusstsein und Ihre Entscheidungsfähigkeit entwickeln und steigern.

Mit verschiedenen Methoden von Rollenspielen bis Tests und bewährten Coaching-Übungen können Sie sich selbst besser erkennen, Ihre Vision vom Neuanfang entwickeln und viele Impulse für Ihre berufliche und private Zukunft mitnehmen. Nehmen Sie sich diese Zeit für sich.

EFA08 Dr. Andrea Diehl
Fr, 11. Juli 2014, 15.30–20.00 Uhr
Sa, 12. Juli 2014, 09.00–17.30 Uhr
2 Termine, 15 Unterrichtsstunden, 80,- €
mit Förderantrag 43,- €
Volkshochschule Haus Güldenstraße 21
3. Stock Raum G3.01

„Ich könnte alles tun, wenn ich nur wüsste, was ich will“ (Barbara Sher)

Vielleicht befinden Sie sich gerade in der Situation, sich in Ihrem Leben von Umständen oder anderen Menschen leiten zu lassen. Das hat mit Sicherheit auch viele gute Seiten. Doch mit der Zeit sind dabei vielleicht die eigenen Wünsche und Ziele zu sehr in Vergessenheit geraten.

Ziel dieses Seminars ist es, dem eigenen Leben wieder eine Richtung zu geben und Zugang zu den persönlichen Erfolgsstrategien zu finden. Darüber hinaus lernen Sie Methoden kennen, diese in konkrete Ziele zu verwandeln und Schritt für Schritt zur besseren Vermarktung Ihrer Fähigkeiten zu gelangen.

EFA09 Annette Quidde
Sa, 26. April 2014, 09.00–17.00 Uhr
So, 27. April 2014, 09.00–15.00 Uhr
2 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 69,- €
mit Förderantrag 37,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.08

Beratungs- und Koordinierungsstelle Frau und Beruf

Angebote der Koordinierungsstelle sind:

- Beratung von Frauen zu allen Fragen der beruflichen (Um-) Orientierung
- Seminarangebote von EDV bis Führungstraining
- Geschäftsführung des Überbetrieblichen Verbunds Frau und Beruf e. V.

Die Beratung ist kostenlos,
Termine können telefonisch vereinbart werden.

Die Beratungs- und Koordinierungsstelle Frau und Beruf wird aus Mitteln des Europäischen Fonds für regionale Entwicklung (EFRE), des Landes Niedersachsen und der Volkshochschule Braunschweig gefördert.

vhs Volkshochschule Braunschweig GmbH

Europa fördert Niedersachsen

Individuelles Berufscoaching

Sie planen Ihren Wiedereinstieg in den Beruf. Sie möchten mit fachlicher Unterstützung z. B. eine oder mehrere der folgenden Fragen beantworten:

- Wo stehe ich jetzt und wo will ich hin?
- Welche Stärken und Ressourcen bringe ich mit?
- Gehe ich zurück in meinen „alten" Beruf oder ist eine andere Tätigkeit denkbar?
- Was hat sich seit „damals" verändert und wie kann ich mich diesen Veränderungen anpassen?
- Wie finde ich den Arbeitsplatz und Arbeitgeber, der zu mir passt?
- Ist der Gang in die Selbständigkeit für mich denkbar?
- Was muss ich regeln, damit der Übergang für mich und meine Familie glatt von statten geht?
- Wie gelange ich zu meinem Ziel?

In persönlichen Gesprächen klären wir Ihre Fragen. Wir helfen Ihnen, Struktur in Ihre Situation zu bringen, die Informationen zu erhalten, die Sie brauchen und zielgerichtet zu planen. Wir trainieren gemeinsam praxisbezogene Situationen und Sie bekommen ein persönliches Feedback. Ihr Coach begleitet Sie ein Stück auf Ihrem Weg und gibt Ihnen den Rückhalt, den Sie brauchen, um Ihr Ziel zu erreichen.

Vereinbaren Sie einen Termin und gestalten Sie Ihre berufliche Zukunft!

EFA10 Christiane Leonhardt
5 Einzeltermine je 1 Std. nach Vereinbarung
228,- €
mit Förderantrag 117,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Raum siehe Aushang

Computerkurse für Frauen

Erste Schritte am PC - Starter Vorkurs

Nutzen Sie die Gelegenheit für Ihre ersten Schritte in die IT-Welt mit Rechner, Maus und Tastatur. Wir möchten Sie vertraut machen mit dem Computer. Was ist Software? Wie funktioniert elektronische Datenverarbeitung? Und was bedeutet was? Wir erklären wichtige Begriffe aus der Welt der Computer.

Für alle Neueinsteigerinnen ist dieser Kurs eine empfehlenswerte Vorbereitung für den Kurs DFB03 „Grundlagen der EDV-Xpert Starter".

EFB01 Merle Hübner
Mi + Mo, 08.15 - 11.30 Uhr, ab 26. Februar 2014
4 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 64,- €
mit Förderantrag 34,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Grundlagen der EDV - Xpert Starter

Xpert

Dieser Kurs richtet sich an alle, die eine grundlegende Einführung in die Arbeit mit dem PC suchen. Der Xpert-Basis-Baustein soll Sie in die Lage versetzen, einen Computer mit Windows sicher zu bedienen und die wichtigsten Anwendungsbereiche des Internets zu nutzen. Praxisorientiertes Arbeiten mit typischen Anwendungssituationen steht im Mittelpunkt des Kurses.

Lehrgangsinhalte:

- Bedienung der Benutzeroberfläche von Windows 7
- Verwaltung von Objekten (Datenträger, Ordner und Dateien) mit dem Windows-Explorer
- Arbeiten im Internet
- E-Mails schreiben und verwalten
- Kennenlernen von grundlegenden Arbeitsabläufen eines Officeprogrammes am Bsp. der Textverarbeitung Word 2010
- Vorbereitung auf die Xpert-Prüfung

Teilnahmevoraussetzungen:
Falls Sie keine Vorkenntnisse haben, empfehlen wir den Besuch des Kurses EFB01 „Erste Schritte am PC".

Der Lehrgang kann verwendet werden

als Baustein des Lehrgangssystems „Xpert Europäischer ComputerPass".
Anmeldung zur Prüfung im Kurs.
Prüfungsgebühr: 50,- €.

Voraussichtlicher Prüfungstermin:
21.05.2014

EFB03 Silke Scarano
Mi + Mo, 08.30–11.30 Uhr, ab 12. März 2014
15 Termine, 56 Unterrichtsstunden, 186,- €
inkl. Lehrbuch, mit Förderantrag 103,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.05

Textverarbeitung Basics mit Word 2010

Xpert

Word bietet eine Vielzahl von Möglichkeiten, Text komfortabel zu gestalten.

In diesem Lehrgang werden die wichtigsten Textverarbeitungsfunktionen behandelt:

- Texte erstellen, bearbeiten und gestalten (Absatz-, Seitenformatierung, Aufzählung, Nummerierung)
- Arbeiten mit Textbausteinen, Erstellen eigener Dokumentvorlagen
- Tabellen einrichten und bearbeiten
- Arbeiten mit Serienbriefen
- Vorbereitung auf die Xpert-Prüfung

Teilnahmevoraussetzungen:
Lehrgang „Grundlagen der EDV" oder entsprechende Windowskenntnisse sind unbedingt erforderlich.

Der Lehrgang kann verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Xpert Europäischer ComputerPass".

Anmeldung zur Prüfung im Kurs.
Prüfungsgebühr: 50,- €.

Voraussichtlicher Prüfungstermin:
23.07.2014

EFB05 Silke Scarano
Mo + Mi, 08.30–11.30 Uhr, ab 26. Mai 2014
15 Termine, 56 Unterrichtsstunden, 186,- €
inkl. Lehrbuch, mit Förderantrag 103,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Tabellenkalkulation mit Excel 2010

Xpert

Das Arbeiten mit Excel wird an typischen Anwendungsbeispielen (z. B. Umsatzanalyse, Budgetkontrolle, Rentabilitätsrechnung) erlernt. Inhalte:

- Einsatzbereiche und Anwendungskonzepte
- Aufbau von Kalkulationstabellen
- Verwendung von Formeln
- Einsatz von Kalkulationsmodellen
- Speichern und Ausdrucken von Daten und Ergebnissen
- Darstellung der Ergebnisse in Präsentationsgrafiken
- Vorbereitung auf die Xpert-Prüfung

Teilnahmevoraussetzungen:
Lehrgang „Grundlagen der EDV" oder

Beratungs- und Koordinierungsstelle Frau und Beruf

Heydenstraße 2
EG, Raum E16
38100 Braunschweig

Tel. 0531 2412-315
Fax 0531 2412-313

www.vhs-braunschweig.de
www.frau-beruf.de

Dietlinde Tartler
Leiterin
Tel. 0531 2412-324, dietlinde.tartler@vhs-braunschweig.de

Dorothee Hermann
Leiterin der Geschäftsstelle
Überbetrieblicher Verbund Frau und Beruf e. V.
Tel. 0531 2412-414 dorothee.hermann@vhs-braunschweig.de

Inga-Verena Schwanke
Sekretariat
Tel. 0531 2412-315, inga-verena.schwanke@vhs-braunschweig.de

entsprechende Windowskenntnisse sind unbedingt erforderlich.

Der Lehrgang kann verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Xpert Europäischer ComputerPass".
Anmeldung zur Prüfung im Kurs.
Prüfungsgebühr: 50,- €.

Voraussichtlicher Prüfungstermin:
25.07.2014

EFB07 Merle Hübner
Do + Fr, 08.30–11.30 Uhr, ab 05. Juni 2014
15 Termine, 56 Unterrichtsstunden, 186,- €
inkl. Lehrbuch, mit Förderantrag 103,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Kaufmännisches Rechnen mit Excel 2010 ab 25. Februar 2014

Weitere Informationen siehe Bereich Grundlagen der Büroarbeit
Kurs-Nr. EFE22

Präsentationen mit PowerPoint

Xpert

In diesem Lehrgang werden mit Hilfe der modernen Präsentationssoftware MS PowerPoint 2010 grundlegende Kenntnisse und Fertigkeiten zu folgenden Schwerpunkten vermittelt:

- Erstellung von Overhead-Folien, Bildschirmshows, Handouts
- Präsentationsablauf
- Gestaltung von Texten, Bildern, Tabellen, Diagrammen, Organigrammen
- Folienvorlagen, Folienmaster
- wirkungsvoller Farbeinsatz
- typografischen Grundregeln und Darstellungsstrategien
- Vorbereitung auf die Xpert-Prüfung

Teilnahmevoraussetzungen:
Lehrgang „Grundlagen der EDV" oder entsprechende Windowskenntnisse sind unbedingt erforderlich.

Der Lehrgang kann verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Xpert Europäischer ComputerPass".
Anmeldung zur Prüfung im Kurs,
Prüfungsgebühr: 50,- €.

Voraussichtlicher Prüfungstermin:
16.05.2014.

EFB08 Merle Hübner
Do + Fr, 08.15 - 11.30 Uhr, ab 13. März 2014
11 Termine, 44 Unterrichtsstunden, 156,- €
inkl. Lehrbuch, mit Förderantrag 88,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Kommunikation und Organisation mit Outlook 2010

Xpert

Die tägliche Arbeitsorganisation im Büro ist eine der mühevollsten Angelegenheiten: Kalender mit Terminen führen, an Termine erinnert werden, Besprechungen planen, E-Mails schreiben und organisieren, Kontakte mit Telefonnummern und E-Mail-Adressen erfassen, an Aufgaben denken und sie bis zu einem bestimmten Zeitpunkt erledigen.

Mit Outlook lassen sich solche Aufgaben unter einer einzigen übersichtlichen Oberfläche zusammengefasst erledigen. Im Verbund mit einem Exchange-Server ergeben sich weitere Möglichkeiten: Der gemeinsame Zugriff auf teamfähige Kalender, globale Adressbücher oder das Arbeiten als Urlaubsvertretung direkt im Postfach.

Vorbereitung auf die Xpert-Prüfung.

Teilnahmevoraussetzungen:
Lehrgang „Grundlagen der EDV" oder entsprechende Windowskenntnisse sind unbedingt erforderlich.

Der Lehrgang kann verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Xpert Europäischer ComputerPass".
Anmeldung zur Prüfung im Lehrgang.
Prüfungsgebühr: 50,- €.
Voraussichtlicher Prüfungstermin:
29.07.2014

EFB09 Elke Meyerdierks
Di, 08.15 - 11.30 Uhr, ab 03. Juni 2014
7 Termine, 28 Unterrichtsstunden, 112,- €
inkl. Lehrbuch, mit Förderantrag 66,- €
VHS Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

InDesign CS6 kompakt

Zunächst richten wir die Benutzeroberfläche und die Voreinstellungen ein. Anschließend geht es gleich los mit Textobjekten und deren Textanschluss. Wir erstellen Grafikobjekte, formatieren sie und verpassen ihnen schicke Effekte. Natürlich erzeugen wir auch Tabellen, Inhaltsverzeichnisse und Formatvorlagen. Wir arbeiten mit Ebenen und Objektbibliotheken und kümmern uns um das Farbmanagement. Die Ergebnisse werden als PDF exportiert und gedruckt. Mal sehen, ob wir nicht einen flotten Flyer produzieren.

Teilnahmevoraussetzung:
Windows-Kenntnisse

EFB10 Merle Hübner
Fr 04. - Sa 05. Juli 2014
Fr, 17.00–20.15 Uhr, Sa, 09.30–16.30 Uhr
2 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 53,- €
mit Förderantrag 29,-€
VHSHaus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

Quer durch die Office-Programme 2010 - Stufe 1

Word, Excel, PowerPoint, Publisher, Outlook, Internet - Einfache Übungen am PC

Schnell gelernt, aber auch schnell vergessen? Gegen das Vergessen wollen wir etwas tun. Mit einfachen Übungen werden Sie fit für Ihren PC zu Hause. Wir wollen bei jedem Treffen mehrere Programme benutzen und evtl. miteinander kombinieren. Unkomplizierte Anwendungen für den „ganz normalen PC-Alltag" stehen im Vordergrund des Unterrichts. Die Aufgaben werden im Umfang und Schwierigkeitsgrad den Wünschen der Teilnehmergruppe angepasst.

- Schreiben mit Word
- Rechnen mit Excel
- Wirkungsvoll präsentieren mit PowerPoint
- Kreativ gestalten mit Publisher
- Informationen aus dem Internet holen und verwenden
- Adressen verwalten in Outlook

Teilnahmevoraussetzung:
Grundkenntnisse in Word

EFB11 Heide-Marie Appel
Mo, 08.15 - 11.30 Uhr, ab 17. Februar 2014
5 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 78,- €
mit Förderantrag 42,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Eine Übersicht über das Lehrgangssystem Xpert Europäischer ComputerPass und allen dazugehörenden Kursen finden Sie auf den ersten Seiten im Bereich Computer und Medien.

Die Geschäfte des Überbetrieblichen Verbundes führt die Beratungs- und Koordinierungsstelle Frau und Beruf Braunschweig

Dorothee Hermann
Leiterin der Geschäftsstelle
Tel. 0531 2412-414
dorothee.hermann@vhs-braunschweig.de

Der Überbetriebliche Verbund Frau und Beruf e. V.

- ist ein branchenübergreifendes Netzwerk familienorientierter Arbeitgeber/-innen in der Region Braunschweig
- ist offen vornehmlich für kleine und mittelständische Betriebe, Freiberufler/-innen, kommunale Einrichtungen, Arbeitgeber-Verbände und -initiativen
- bietet ein Forum für die Entwicklung eines familienfreundlichen Personalmanagements
- versteht sich als Multiplikator für eine zukunftsorientierte Personalpolitik
- ist Mitglied im Unternehmensnetzwerk „Erfolgsfaktor Familie"

Quer durch die Office-Programme 2010 - Stufe 2

Word, Excel, PowerPoint, Publisher, Outlook, Internet - Einfache Übungen am PC

Ausführliche Wiederholungen sind eingeplant, damit Sie Ihr Wissen festigen können. In ruhiger Atmosphäre probieren wir ohne Leistungsdruck Neues aus:

- Word: Tabellen, Dokumentvorlagen
- Excel: Diagramme
- PowerPoint: Wirkungsvoll präsentieren
- Publisher: Grußkarten
- Outlook: Terminkalender
- Internet: Suchfunktionen

Teilnahmevoraussetzung:
Grundkenntnisse in den Office-Programmen entsprechend dem Kurs Stufe 1.

EFB13 Heide-Marie Appel
Mo, 08.15 - 11.30 Uhr
ab 24. März 2014
5 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 78,- €
mit Förderantrag 42,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

Quer durch die Office-Programme 2010 - Stufe 3

Word, Excel, PowerPoint, Publisher, Outlook, Internet - Einfache Übungen am PC

Wir wiederholen und verwenden Stoff aus den bisherigen Unterrichtsstufen. Jedoch wird das bisher Gelernte erweitert und verknüpft, sodass Sie von Stufe zu Stufe selbstständiger arbeiten können:

- Word: Texte umgestalten, Formatvorlagen
- Excel: Wiederholung und Erweiterung
- PowerPoint: Aufgaben und Lösungen
- Publisher: Erstellen einer Broschüre
- Outlook: Adressen verwalten
- Internet: kostenlose Programme

Teilnahmevoraussetzung:
Stabile Grundkenntnisse entsprechend dem Kurs Stufe 2.

EFB15 Heide-Marie Appel
Mo, 08.15 - 11.30 Uhr
ab 19. Mai 2014
5 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 78,- €
mit Förderantrag 42,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

Quer durch die Office-Programme 2010 - Stufe 4

Word, Excel, PowerPoint, Publisher, Outlook, Internet - Einfache Übungen am PC

Wir greifen zurück auf bisher Gelerntes und strecken die Fühler aus nach Neuem.

- Word: Aufzählungen, Gliederungen
- Excel: spezielle Aufgaben zum Wiederholen und Neulernen
- Power-Point: Präsentation mit eigenem Thema
- Publisher: spezielle Flyer und Karten
- Outlook: Druckoptionen, E-Mails mit Anhang
- Internet: gezielt recherchieren, Favoriten

Teilnahmevoraussetzung:
Stabile Grundkenntnisse entsprechend dem Kurs Stufe 3.

EFB16 Heide-Marie Appel
Mi, 08.15 - 11.30 Uhr, ab 12. Februar 2014
5 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 78,- €
mit Förderantrag 42,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

EFB17 Heide-Marie Appel
Mo, 08.15 - 11.30 Uhr, ab 30. Juni 2014
5 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 78,- €
mit Förderantrag 42,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

Computer Club IT CC

Was tut sich Neues in der IT-Welt? Neue Hardware, neue Funktionen, neue Apps - ist etwas für mich dabei?

Wir wollen mitreden können und Schritt halten mit der IT-Entwicklung. Themen und Fragestellungen werden im Kurs festgelegt. Vielleicht arbeiten wir in Texten, vielleicht bloggen wir sie auch. Oder wir lösen Excel-Aufgaben.

Vielleicht retuschieren wir Portraits oder entwerfen Flyer. Oder testen neue Internet-Angebote. Sicherheitsaspekte in Abhörangelegenheiten können genauso besprochen werden wie das neue Windows 8.1.

Seien Sie dabei.

Teilnahmevoraussetzungen:
Windows-Kenntnisse

EFB18 Merle Hübner
Mi, 08.15 - 11.30 Uhr, ab 23. April 2014
5 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 78,- €
mit Förderantrag 42,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Dateien und Ordner

Ordner anlegen und Dateien speichern. Dateien und Ordner verschieben und umbenennen. Habe ich die richtige Datei geöffnet? Nur nicht die falsche Datei löschen! Kopieren und Einfügen über die Zwischenablage. Einzelne Dateien und ganze Ordner sichern. Der Umgang mit dem USB-Speicherstick. Den Überblick behalten im Windows Explorer. Wir zeigen, wie Sie Ihre Daten strukturieren und wieder finden.

EFB19 Merle Hübner
Do, 22. Mai 2014, 08.15 - 11.30 Uhr
Fr, 23. Mai 2014, 08.15 - 11.30 Uhr
2 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 37,- €
mit Förderantrag 21,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

So kriegen Sie Ihr E-Mail-Postfach in den Griff

Quillt Ihr Postfach über vor ungelesenen und ungewollten Mails und Sie wollen Ordnung ins Chaos bringen? Wir zeigen Ihnen Strategien zum Umgang mit Mails im (Arbeits-)Alltag. Dazu gehören z. B. das Anlegen von Ordnern sowie die automatische Filterung von unerwünschten Mails. Das Seminar wendet sich an Teilnehmerinnen, die schon erste Erfahrungen im Umgang mit E-Mails haben und selbständig Mails verschicken und empfangen können.

EFB20 Merle Hübner
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 26. April 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 37,- €
mit Förderantrag 21,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Daten ja - aber sicher!

Daten auf dem PC, Laptop oder Smartphone müssen vor Viren und Verlust geschützt werden. Wir zeigen Ihnen, wie Sie das tun können. Wir führen eine Datensicherung auf externe Datenträger durch und erstellen eine Systemdisk. Wie sicher sind Daten auf Internet-Servern gespeichert? Kann ich Daten von defekten USB-

Förderantrag für Frauen

Frauen, die seit mindestens 12 Monaten nicht sozialversicherungspflichtig beschäftigt waren und nicht im Leistungsbezug SGBII/III stehen, sowie Mütter in der Elternzeit bezahlen eine ermäßigte Kursgebühr.

Den entsprechenden Förderantrag erhalten Sie im Kundencenter oder im Internet unter **www.vhs-braunschweig.de**

(bei „Service" „Dateien zum Download")

Sticks retten? Was bedeutet Verschlüsselung von Daten und wie mache ich das? Im Internet müssen persönliche Daten vor Missbrauch geschützt werden. Sind sie das auch in sozialen Netzwerken? Wie schütze ich meine Internetdateien vor Google? Sind Homebanking, die Steuererklärung und der Online Personalausweis wirklich sicher? Auf diese und weitere Fragen, die Sie mitbringen können, soll der Kurs Antworten geben.

Teilnahmevoraussetzung:

Windows-Grundkenntnisse

EFB21 Merle Hübner
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 14. Juni 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 37,- €
mit Förderantrag 21,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Facebook, Twitter & Co.

Soziale Netzwerke im Internet

Freunde finden, Kontakt halten, dabei sein. Tag und Nacht. Das Internet steht zur Verfügung, wann immer und wo immer wir wollen. Abhörspielzeug in Kinderzimmern und freiwillige Datenauskunft aus dem Wohnzimmer. Der Arbeitsplatz bietet Raum für soziale Netzwerke.

Facebook, YouTube, Flickr, Wikipedia, Twitter. Wir bloggen was das Zeug hält. Warum tun wir das und wer sind die Gewinner? Mehr über Nutzen und Risiken sozialer Netzwerke im Internet erfahren Sie in diesem Kurs.

EFB23 Merle Hübner
Di, 25. März 2014, 08.15 - 11.30 Uhr
Di, 01. April 2014, 08.15 - 11.30 Uhr
2 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 37,- €
mit Förderantrag 21,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Bloggen mit WordPress

Sie haben etwas zu sagen und möchten es mit anderen teilen? Eröffnen Sie einen eigenen Blog mit der kostenlosen Software von WordPress. Mit dem richtigen Design machen Sie daraus Ihren individuellen Internetauftritt. Jetzt heißt es texten, korrigieren und vielleicht mit ein paar Fotos schmücken. Welche Medien stehen zur Verfügung, welche Werkzeuge und Plugins gibt es? Auf welche Rechte muss ich achten? Und wie gehe ich mit Kommentaren um? Bloggen: Vom Dashboard bis zur Veröffentlichung eigener Artikel.

EFB27 Merle Hübner
Mi, 08.15 - 11.30 Uhr, ab 16. Juli 2014
3 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 53,- €
mit Förderantrag 29,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Googles Welt - viel mehr als eine Suchmaschine

Das Seminar gibt einen Überblick über die Google Tools mit hilfreichen Infos, Tipps und Tricks:

- Die erfolgreiche Suche im Web und auf dem eigenen Desktop.
- Eigene Karten mit Google Maps und Urlaubsfotos mit Google Earth präsentieren.
- Mit Google Chrome surfen, z. B. im Inkognito-Modus, und Google Mail in Echtzeit.
- Zeitungen, Bücher und E-Books lesen, durchsuchen und als News auf den Desktop zaubern.
- Einen eigenen Blog einrichten mit Google Blogger.com.
- Texte, Tabellen, Präsentationen, Zeichnen, Formulare: Office-Anwendungen im Web mit Google Docs.
- Weitere nützliche kostenlose Programme von Google Apps, Picasa bis zum Virenscanner avast!
- Google Startseite mit nützlichen Minianwendungen (Gadgets).
- Und natürlich Tipps zum Datenschutz und zu Ihrer Sicherheit bei Google.

EFB28 Merle Hübner
Mi, 08.15 - 11.30 Uhr, ab 11. Juni 2014
5 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 78,- €
mit Förderantrag 42,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Der richtige Umgang mit Downloads

Sie möchten eine Datei aus dem Internet herunter laden, sind sich aber nicht sicher, ob Sie das Richtige tun. Wie geht das? Was muss man dabei beachten? Wie speichert man die neuen Daten richtig? Wie sicher ist ein Download? Wie können Fehler vermieden werden?

Diese Fragen und Fragen zum Thema Sicherheit im Internet für uns und unsere Kinder werden wir in diesem Kurs gemeinsam klären.

EFB29 Carmela Klinge
Mi, 28. Mai 2014, 08.15 - 11.30 Uhr
Mi, 04. Juni 2014, 08.15 - 11.30 Uhr
2 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 37,- €
mit Förderantrag 21,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Photoshop Elements

Elements ist das Photoshop-Programm für Einsteiger/-innen.

Doch der Umfang an Werkzeugen zur Fotobearbeitung lässt kaum Wünsche offen. Neben dem Schnellauswahl- oder dem Gerade-Ausrichten-Werkzeug gibt es eine Vielzahl von Möglichkeiten zur Fotobearbeitung: Zuschneiden, Schärfen, Nachbelichten. Mit dem Text-Werkzeug können Grußkarten gestaltet werden. Filter erzeugen Kunstwerke und Assistenten helfen bei komplexen Kreationen. Es können einfach Alben erstellt werden und als Diashow präsentiert werden. Elements beinhaltet aber auch ein Programm zum Organisieren der Dateien. Bringen Sie eigene Fotos auf dem USB-Stick mit. Sie werden staunen, was sich damit alles machen lässt.

EFB31 Merle Hübner
Di, 08.15 - 11.30 Uhr, ab 29. April 2014
5 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 78,- €
mit Förderantrag 42,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Photoshop CS6

In diesem Seminar lernen Sie die grundlegenden Funktionen und Einsatzmöglichkeiten der professionellen Bildbearbeitungssoftware Photoshop kennen. Vermittelt werden Grundkenntnisse über Dateiformate und Dateigrößen, Farbmodi und Auflösungen. Sie lernen Techniken

Jedes Jahr in den Sommerferien
veranstaltet die VHS
das EDV-Sommerfestival für Frauen

EDV-Sommerfestival für Frauen 2014

E-Mail Windows Computer Grafik Outlook Word

1. – 5. September

in Kooperation mit dem Gleichstellungsreferat Stadt Braunschweig

kennen, wie Sie Bilder weiter verarbeiten können - für den Druckbereich oder für den Einsatz im Internet. Die dafür erforderlichen Montage- und Retuschetechniken mit dem Einsatz von Ebenen und Filtereffekten sind ebenfalls Inhalt des Kurses.

Teilnahmevoraussetzungen:
Sichere EDV-Grundkenntnisse und Kenntnisse eines grafischen Programms

EFB32 Merle Hübner
Fr, 23. Mai 2014, 17.00–20.15 Uhr
Sa, 24. Mai 2014, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 53,- €
mit Förderantrag 29,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

Einstieg in die Bildbearbeitung mit GIMP 2.8

Mit der kostenlosen Software Gimp lassen sich Fotos optimieren, Fotomontagen und Zeichnungen erstellen. In diesem Einstiegskurs lernen wir anhand gemeinsamer Übungen verschiedene Werkzeuge und Filter kennen, um Fotos zu verbessern.

- Fotos zuschneiden, drehen und gerade rücken
- Kontrast- und Farbkorrektur, Fotos in schwarz-weiß umwandeln
- Retuschierwerkzeuge wie Stempel, Scharf- oder Weichzeichnen
- Ebenentechnik und erste Montagen Grundkenntnisse über Dateigrößen und -formate, Farbmodi und Auflösung werden vermittelt.

Teilnahmevoraussetzungen:
Sicherer Umgang mit Windows und den Standardfunktionen des Computers

Bitte mitbringen:
Max. 30 Fotos auf USB-Stick

EFB33 Franziska Rutz
Sa 14. - So 15. Juni 2014
Sa, 09.00–16.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 60,- €
mit Förderantrag 33,-€
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Unsere Kursleiter/-innen

... haben alle eine entsprechende Ausbildung und meist umfangreiche Erfahrung im Unterricht mit Erwachsenen.

Fotos auf den Weg gebracht

Kennen Sie das auch? Die Kamera ist klein und griffig und immer bei der Hand. Entsprechend munter fotografieren wir drauf los bis der Speicher überquillt... Und dann - wohin damit? Vor allem mit den guten Bildern, die man anderen zeigen möchte? Hier erfahren Sie, wie Sie „Ihre fotografischen Werke“ auf den Weg bringen können:

- auf den Computer speichern
- als E-Mail versenden
- auf CD/DVD brennen
- auf den Stick ziehen
- mit Skype verschicken
- ins Internet stellen
- als Diashow vorführen
- auf Papier drucken...

Teilnahmevoraussetzung: Sichere EDV-Grundkenntnisse

EFB34 Merle Hübner
Mi, 08.15 - 11.30 Uhr, ab 19. März 2014
3 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 53,- €
mit Förderantrag 29,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Mein erstes selbst erstelltes Fotobuch

Sie möchten für einen besonderen Anlass oder einfach als Erinnerung an den letzten Urlaub oder ein Familienfest ein Fotobuch mit Ihren Fotos und Texten gestalten? Das geht ganz einfach online oder mit kostenloser Software offline am PC. Wählen Sie das richtige Cover und das Fotopapier nach Material und Farbe. Stöbern Sie in zahlreichen Themen und Designs: Kinder, Classic, Hochzeit, Urlaub. In wenigen Minuten können die Fotos automatisch eingebunden oder individuell gestaltet werden. Dann suchen Sie Schriftart, Farbe und Formate aus, laden die gewünschten Bilder hoch, speichern und bestellen. Fertig.

Teilnahmevoraussetzung: Grundkenntnisse Internet und Fotobearbeitung

Bitte eigene Digitalfotos auf USB-Stick oder CD mitbringen.

EFB35 Elke Meyerdierks
Do, 13. Februar 2014, 08.15 - 11.30 Uhr
Fr, 14. Februar 2014, 08.15 - 11.30 Uhr
2 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 37,- €
mit Förderantrag 21,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

PowerPoint praktisch und kompakt

Sie haben noch keine Erfahrungen mit PowerPoint und möchten eine Präsentation erstellen? Ihre Pläne gleich in die Tat umsetzen? Inhalte einbinden, Folien und den Ablauf gestalten? Kurz und bündig wird dieser Kurs Sie zum Ziel bringen.

Teilnahmevoraussetzung: Sichere Windowskenntnisse

EFB37 Merle Hübner
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 19. Juli 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 37,- €
mit Förderantrag 21,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Mein Laptop - das unbekannte Wesen

Der neue Laptop ist da und damit Fragen über Fragen. Manchmal ist man unsicher, traut sich nicht zu handeln. All dies wollen wir gemeinsam ändern. Bringen Sie Ihren Laptop mit. Wir werden uns Windows und Word anschauen, damit arbeiten und Ihre Fragen direkt klären.

EFB39 Carmela Klinge
Fr, 13. Juni 2014, 08.15 - 11.30 Uhr
Fr, 20. Juni 2014, 08.15 - 11.30 Uhr
2 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 37,- €
mit Förderantrag 21,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Raum siehe Aushang

Windows 8 auf dem Laptop

Sie möchten Windows 8 kennenlernen? Bringen Sie Ihren Laptop mit. Ist Windows 8 noch nicht drauf? Wir zeigen Ihnen, wie Sie es installieren können. Los geht es mit der Einführung. Die neue Oberfläche muss eingerichtet werden. Wie funktioniert die Mausbedienung? Wie fahre ich den Rechner herunter? Mit Windows 8 gibt es einige Neuerungen. Altes ist manchmal versteckt. Apps müssen neu installiert werden. Welche alten Programme funktionieren noch? Dieser Kurs ist die Gelegenheit, sich mit einem fast völlig neuen System vertraut zu machen.

Teilnahmevoraussetzung:
Windows-Kenntnisse

Den eigenen aufgeladenen Laptop bitte unbedingt mitbringen.

Einzelberatung bei Praktikums-/Arbeitsplatzsuche und Aufnahme in einen Bewerberinnenpool

Für Frauen, die sich im Anschluss an das Programm auf die Praktikums- oder Arbeitsplatzsuche begeben wollen, bietet die Koordinierungsstelle Frau und Beruf kostenlose Beratungsgespräche an sowie die Aufnahme der Bewerbungsunterlagen in einen Bewerberinnenpool, welcher den Betrieben des Überbetrieblichen Verbundes Frau und Beruf e. V. zugänglich ist.

Einzelberatung ist entgeltfrei!
Vereinbaren Sie telefonisch einen Termin: 0531 2412-324 oder -315

Volkshochschule
Haus Heydenstraße 2,
EG, Raum E16

EFB41 Merle Hübner
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 28. Juni 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 37,- €
mit Förderantrag 21,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Schritt für Schritt zur eigenen Homepage

Sie möchten privat, für Ihre Selbständigkeit, für den Verein oder aus anderen Gründen im Internet präsent sein? Eine individuelle Homepage zu erstellen ist gar nicht so schwer.

Wir zeigen Ihnen, wie Sie Schritt für Schritt mit einfachen Mitteln Ihren Internet-Auftritt gestalten können. Sie lernen, wie Sie Ihre Internetseite mit Texten, Bildern und Links systematisch aufbauen und erfolgreich im Internet veröffentlichen. Was ist, wenn meine Homepage fertig ist? Vermarktung, Rechte und Kosten.

Wie wird meine Homepage ein Erfolg? Pflege, Auswertung und Aktualisierung.

Teilnahmevoraussetzung: Gute Windows- und Internet-Kenntnisse

EFB43 Merle Hübner
Do + Fr, 08.15 - 11.30 Uhr, ab 20. Februar 2014
6 Termine, 24 Unterrichtsstunden, 93,- €
mit Förderantrag 49,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Grundlagen der Büroarbeit

Stressfreier arbeiten mit guter Organisation

Terminplanung, Ablage, Ordnungsstrukturen im Rechner, Postbearbeitung - wo hakt es im Büroalltag? Wünschen Sie sich manchmal, dass die Stapel unerledigter Aufgaben wie von Zauberhand verschwinden? Ziel dieses Kurses ist es, die individuellen Probleme zu erkennen, passende Strategien zu entwickeln und praktikable Lösungen zu finden. Mit System und der richtigen Methode verbessern Sie Ihre persönliche Arbeitsorganisation und schaffen sich damit Freiräume für wichtige Aufgaben.

- Nicht mehr, sondern effektiver arbeiten
- To-do-Listen entlasten Ihr Gedächtnis
- Was du heute kannst besorgen ...
- Den Tag planen und Prioritäten setzen
- Die Papierflut konsequent eindämmen
- Wie und womit fange ich an?
- Störungen erkennen und analysieren

EFE01 Leonore Stolte
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 28. Juni 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 34,- €
mit Förderantrag 20,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Punkt, Komma, Strich - Zeichensetzung heute

Sind Sie immer sicher, ob das Komma am richtigen Platz steht? Oder sollten Sie besser einen Punkt machen? Satzzeichen - richtig gesetzt - gliedern Texte, erleichtern das Lesen und damit das Verständnis.

In diesem Kurs lernen und üben Sie die wichtigsten Regeln der Zeichensetzung und gewinnen so mehr Sicherheit. Ganz nebenbei erfahren Sie gleichzeitig etwas über den guten Satzaufbau und einen flüssigen Briefstil.

EFE04 Leonore Stolte
Sa, 09.00–14.00 Uhr am 17. Mai 2014
1 Termin, 6 Unterrichtsstunden, 28,- €
mit Förderantrag 17,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.05

DIN 5008 - Was Sie wissen sollten

Sind die Regeln der DIN 5008 für Sie ein „Buch mit sieben Siegeln"?

Das lässt sich schnell ändern! In diesem Kurs lernen und üben Sie

- wie Sie Briefe übersichtlich und DIN-gerecht gestalten
- die korrekte Anordnung im Anschriftenfeld
- welche Angaben in E-Mails gesetzlich vorgeschrieben sind
- wie Zahlen, Telefon- und Postfachnummern gegliedert werden
- wann und wo Leerzeichen gesetzt werden
- den Unterschied zwischen Binde- und Gedankenstrich

und, und, und...

EFE07 Leonore Stolte, N.N.
Sa, 09.00–14.00 Uhr am 12. Juli 2014
1 Termin, 6 Unterrichtsstunden, 28,- €
mit Förderantrag 17,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.03

Ansprechende Geschäftsbriefe und E-Mails

Geschäftskorrespondenz in Papierform oder als E-Mail lebt nicht nur vom Inhalt. Auch die Form muss stimmen. Schließlich vermitteln Briefe und E-Mails, die im Namen eines Unternehmens verschickt werden, ein bestimmtes Bild vom Unternehmen. Ansprechend gestaltete, klar formulierte Geschäftspost wirkt nicht nur modern im Stil, sondern ist vor allem effektiv in der Wirkung. Dabei sollten die Schreib- und Gestaltungsregeln der DIN 5008 beachtet werden.

Teilnahmevoraussetzung:
Grundkenntnisse in Word

EFE10 Heide-Marie Appel
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 10. Mai 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 34,- €
mit Förderantrag 20,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Protokollführung in Beruf und Ehrenamt

Ob im Beruf oder bei einer ehrenamtlichen Tätigkeit - in Besprechungen, Sitzungen oder Versammlungen wird Protokoll geführt. Bei der Einführung in das Thema lernen Sie unterschiedliche Protokollarten kennen, den Aufbau und die äußere Gestaltung eines Protokolls, was Sie aufnehmen müssen und was nicht, wie sich Rede und Wiedergabe im Protokoll unterscheiden und welche rechtlichen Vorgaben zu beachten sind. Im praktischen Teil können Sie Aufnahmetechnik und Formulierungen üben und am PC ein Protokoll erstellen.

Voraussetzung:
Grundkenntnisse in der PC-Anwendung

EFE13 Leonore Stolte
Fr, 09. Mai 2014, 16.30–19.45 Uhr
Fr, 16. Mai 2014, 16.30–19.45 Uhr
2 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 34,- €
mit Förderantrag 20,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.11

Projekte organisieren

Wenn Sie im Beruf oder im Ehrenamt Projekte und Veranstaltungen organisieren und erfolgreich durchführen wollen, ist es wichtig, immer den „roten Faden" im Blick zu behalten. Das 5-Phasen-Modell erleich-

Die Volkshochschule Braunschweig engagiert sich seit 2006 zusammen mit Vertretern aus Wirtschaft, Institutionen und Verbänden im Braunschweiger Bündnis für Familie. Gemeinsam wollen wir die Situation der in Braunschweig lebenden Familien verstärkt in den politischen und gesellschaftlichen Blickpunkt rücken.

Braunschweiger Bündnis für Familie

Der 2007 gegründete Verein „Lokales Bündnis für Familie e. V." hat sich zum Ziel gesetzt die Situation der Familien vor Ort zu verbessern und Berufstätige bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf zu unterstützen. Den derzeitigen Schwerpunkt bilden Angebote zur Entlastung bei der Kinderbetreuung.

Weitere Infos: www.bsbff.de

tert Ihnen die Arbeit und sorgt für einen reibungslosen Projektablauf. Die Planung wird schrittweise konkretisiert. So behalten Sie von der Projektinitialisierung bis zum Abschluss immer den Überblick.

Nach Absprache können Sie gemeinsam in der Gruppe ein Beispiel-Projekt durchplanen.

EFE16 Leonore Stolte
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 21. Juni 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 34,- €
mit Förderantrag 20,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.09

Kommunikation am Telefon und Empfang

Das Telefon ist heute trotz vielfältiger Möglichkeiten immer noch das Kommunikationsmittel Nummer 1. Für einen guten Eindruck ist es wichtig, dass Ihre Gesprächspartner/-innen sich im wahrsten Sinne des Wortes „verstanden" fühlen. Das ist bei schwierigen Themen nicht immer einfach. Das gilt auch für den Kundenempfang, der für den Besucher der erste Ansprechpartner ist.

Wie Sie erfolgreich am Telefon oder am Empfang kommunizieren können, lernen und üben Sie in diesem Kurs.

- Gut gefragt ist halb gewonnen - die richtige Fragetechnik
- Aktiv zuhören - auf die Gesprächspartner/-innen eingehen
- Tipps für serviceorientiertes Telefonieren
- Schwierige Gesprächssituationen meistern

EFE20 Leonore Stolte
Fr, 20. Juni 2014, 16.30–19.45 Uhr
Fr, 27. Juni 2014, 16.30–19.45 Uhr
2 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 34,- €
mit Förderantrag 20,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Raum siehe Aushang

Kaufmännisches Rechnen mit Excel 2010

In diesem Kurs werden - orientiert an Unternehmensprozessen - kaufmännische Fragen schnell und einfach gelöst. Es werden Funktionen für Währungs-, Verteilungs- und Prozentrechnung eingesetzt. Statistikfunktionen sollen anschließend helfen, die Ergebnisse auszuwerten. Kosten müssen analysiert werden, um die optimale Kaufentscheidung zu treffen. Wir wollen Produkt- und Preiskalkulationen in verschiedenen Varianten durchführen. Für das Controlling werden Tabellen konsolidiert, Deckungsbeiträge und Gewinnschwellen ermittelt. Soll investiert werden? Wie sieht der Trend aus? Alles mit dem richtigen Einsatz von Excel-Funktionen.

Teilnahmevoraussetzungen:
Windows-Kenntnisse

EFE22 Merle Hübner
Di, 08.15 - 11.30 Uhr, ab 25. Februar 2014
4 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 69,- €
mit Förderantrag 37,00 €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.05

Selbstcoaching und Kommunikation

Ermutigungs-Training
(Encouraging Training, Schoenaker-Konzept®)

Mit genügend Mut sind wir allen Aufgaben in Beruf, Familie und Gemeinschaft gewachsen. Doch nicht immer sind wir guten Mutes. Das Ermutigungstraining schult den ehrlichen, aber liebevollen Blick auf die eigene Person.

Wir lernen: So wie ich bin, bin ich gut - mit meinen Schwächen, aber auch meinen vielen Stärken und Liebenswürdigkeiten. Aus diesem Selbst-Bewusstsein erwächst Gelassenheit und die Kraft zur Veränderung belastender Situationen. Viele befragte Teilnehmerinnen und Teilnehmer im In- und Ausland haben in den vergangenen 20 Jahren von einer nachhaltig positiven Wirkung des Trainigs berichtet.

Bitte eine Kladde (DIN A5) mitbringen.

EFG01 Antje Lemke
Do, 18.30–20.00 Uhr, ab 08. Mai 2014
10 Termine, 20 Unterrichtsstunden, 98,- €
mit Förderantrag 50,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Raum siehe Aushang

EDV-Sommerfestival für Frauen

SelbstCoaching mit NLP - Ziele benennen und verwirklichen

In diesem Seminar erlernen die Teilnehmerinnen eine Strategie, mit der sie systematisch berufliche, aber auch persönliche Ziele formulieren und erreichen können. Das Wochenendseminar vermittelt Techniken des Neurolinguistischen Programmierens (NLP), die zeitnah zu konkret greifbaren Veränderungen führen. Die angewandten Methoden werden leicht verständlich erklärt und demonstriert. Wichtiger Bestandteil des Seminars ist das aktive Ausprobieren und Einüben der vorgestellten Techniken anhand eigener Veränderungswünsche. Auf diese Weise erwerben die Teilnehmerinnen sowohl das erforderliche systematische Verständnis der SelbstCoaching- Techniken als auch praktische Kompetenz in deren Anwendung.

EFG04 Prof. Dr. Friedrich Lohmann
Sa 26. - So 27. April 2014
Sa, 09.30–16.30 Uhr
So, 09.30–16.00 Uhr
2 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 64,- €
mit Förderantrag 35,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.09

SelbstCoaching mit NLP - Den Weg frei machen für Veränderungen

Einschränkende Überzeugungen über die eigenen Fähigkeiten und Entwicklungsmöglichkeiten können es schwer bis unmöglich machen, berufliche aber auch persönliche Ziele zu erreichen. In diesem Seminar lernen die Teilnehmerinnen solche einschränkenden Überzeugungen aufzulösen, durch förderliche zu ersetzen und so buchstäblich den Weg frei zu machen, um gewünschte Veränderungen in die Tat umzusetzen. Die vermittelten Methoden des Neurolinguistischen Programmierens (NLP) werden leicht verständlich erklärt und demonstriert. Wichtiger Bestandteil des Seminars ist das aktive Ausprobieren und Einüben der vorgestellten Techniken anhand eigener Veränderungswünsche. Auf diese Weise erwerben die Teilnehmerinnen sowohl das erforderliche systematische Verständnis der Selbst-Coaching-Techniken als auch praktische Kompetenz in deren Anwendung.

K.N.U.T.

Das Kinder-Notfall-Unterbringungs-Telefon

Bei einem spontanen Ausfall Ihrer Kinderbetreuung rufen Sie bei uns an.

Wir schicken kurzfristig eine zuverlässige, von uns geschulte Betreuerin zu Ihnen nach Hause.

Braunschweiger Bündnis für Familie

Zwei Probleme - ein Anruf!

Tel. 0178 19 56 29 - 1
Tel. 0178 19 56 29 – 5

Pa.U.L.A.

Partner für Unterbringungs-Leistungen auf Abruf

Dienstreise, Projektbesprechung, Konferenz in der Schule ... oft ist absehbar, dass ein Termin sich über die normale Kinderbetreuungszeit hinaus erstreckt. Rufen Sie bei Pa.U.L.A. an. Eine unserer Bertreuerinnen kommt zu Ihnen nach Hause und kümmert sich liebevoll um Ihr Kind/Ihre Kinder.

Betreuungszeiten: 7–19 Uhr. Darüber hinaus sind persönliche Absprachen möglich. Maximale Betreuungsdauer zwei Tage. Kosten: 8,- € / Betreuungsstunde

EFG07 Prof. Dr. Friedrich Lohmann
Sa 14. - So 15. Juni 2014
Sa, 09.30–16.30 Uhr, So, 09.30–16.00 Uhr
2 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 64,- €
mit Förderantrag 35,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.05

Gespräche gelassen meistern

Sicher erinnern Sie sich an eine Gesprächssituation in der sie nervös, aufgeregt, verängstigt, verärgert oder sogar wütend waren. Wahrscheinlich ist das Gespräch dann aus dem Ruder gelaufen. Doch es geht auch anders. Wir betrachten gemeinsam an diesem Seminartag kommunikative Fehltritte, lernen kommunikationsfreudige Hilfsmittel kennen und setzen diese dann in der Unterhaltung ein und um. So wappnen wir uns positiv und konstruktiv für kommende Gesprächssituationen. Darüber hinaus arbeiten wir an unserer Einstellung, denn eine gute Gesprächsführung hängt entscheidend von unserer Haltung ab.

Inhalte:

- Die drei K´s in der Kommunikation
- Du- und Ich-Botschaften
- Killwörter
- Das gute Zuhören
- Das 4-Ohren-Modell
- Rapport
- Körpersprache
- Frühzeitig streiten
- Nein-Sagen

EFG10 Irene Merbitz-Flentje
So, 08.30–16.00 Uhr am 18. Mai 2014
1 Termin, 9 Unterrichtsstunden, 39,- €
mit Förderantrag 22,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.04

Mit Verhandlungsgeschick und Duchsetzungskraft

Verhandeln ist ein ständiger Prozess im Alltag und im Beruf. Wir wollen unsere Anliegen vermitteln, unsere Interessen vertreten und uns durchsetzen. Dabei lassen sich Frauen immer noch zu oft von männlichem Imponiergehabe beeindrucken und bleiben stumm. Das muss nicht sein! Lernen Sie Ihre eigenen Interessen zu vertreten und sich durchzusetzen, denn geschicktes und geübtes Verhandeln gibt Stärke und schafft befriedigende Ergebnisse.

Ziel des Seminars ist es, den selbstsicheren Umgang mit schwierigen Gesprächssituationen - von der mündlichen Auftragsklärung bis zum fachlichen Feedback - zu erlernen.

Inhalte:

- Verhandlungsstile
- Überzeugungsfähigkeit
- Argumente zielgerichtet einsetzen
- Mit unfairen Tricks umgehen
- Sach- und Beziehungsebene
- Mehr Durchsetzungskraft
- Regeln für die erfolgreiche Gesprächsführung
- Umgang mit schwierigen Gesprächspartnern

EFG13 Kathrin Heitbreder
Fr, 08.30–11.45 Uhr, ab 11. Juli 2014
3 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 54,- €
mit Förderantrag 30,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Raum siehe Aushang

Frei reden, selbstsicher auftreten

Fällt es Ihnen auch schwer, Ihre Meinung vor einer Gruppe von Menschen klar und überzeugend zu äußern, sowie Ihre Interessen auch gegenüber Männern zu vertreten? Obwohl immer mehr Frauen in die Führungsebenen einziehen, ist es noch nicht für jede Frau selbstverständlich, sich für die eigenen Interessen zu engagieren und verbal auch durchzusetzen. Da Sprache erlernt und nicht angeboren ist, müssen wir uns mit Unsicherheiten, sprachlichen Schwierigkeiten und Redeängsten jedoch nicht abfinden.

Lernen Sie, Ihr Sprachverhalten zu verbessern und gleichzeitig etwas für Ihre Persönlichkeit zu tun, indem Sie Redeangst abbauen und sich nicht einschüchtern lassen. Trainieren Sie Selbstsicherheit und Körpersprache und erlangen Sie Schlagfertigkeit.

EFG16 Kathrin Heitbreder
Fr, 09. Mai 2014, 08.30–11.45 Uhr
Fr, 16. Mai 2014, 08.30–11.45 Uhr
2 Termine, 8 Unterrichtsstunden, 35,- €
mit Förderantrag 20,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

Kommunikation am Telefon und Empfang

Freitag 20. und 27. Juni 2014
Weitere Informationen siehe Bereich Grundlagen der Büroarbeit
Kurs-Nr. EFE20

Das eigene Image - Selbstbild und Fremdbild

Kennen Sie das Bild, das andere von Ihnen haben? Oder sagen wir besser: Die unterschiedlichen Bilder. Jede Person hat ein „Image". Manche Menschen fühlen sich - gerade im Beruf - verkannt. „Die anderen denken, ich bin eine graue Maus. Man traut mir nichts zu. Jeder denkt, ich bin eine Furie..."

Dabei ist doch alles ganz anders. Von ungefähr kommt so ein Eindruck jedoch nicht. Unsere Begegnungen sind von „Momentaufnahmen" geprägt. So kann es sein, dass ein einzelner Augenblick diesen Eindruck geformt hat und wiederkehrende Situationen ihn untermauern. In diesem Seminar geht es um die Fremd- und Selbstwahrnehmung und darum, beides in Übereinstimmung zu bringen. So können wir sicher sein, dass wir so gesehen werden, wie wir sind und wie wir gesehen werden wollen.

EFG19 Irene Merbitz-Flentje
So, 08.30–16.00 Uhr am 22. Juni 2014
1 Termin, 9 Unterrichtsstunden, 39,- €
mit Förderantrag 22,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
1. Stock Raum 1.03

Strategien für einen gelassenen Umgang mit Kritik

Viele Menschen empfinden Kritik als Herabsetzung ihrer Person. Das muss nicht sein, denn Kritik kann auch konstruktiv geäußert werden. Und doch, manchmal ist sie einfach der Hammer. Darum ist es wichtig zu lernen, in Kritiksituationen gelassen zu bleiben, unsachliche Kritik zurückzuweisen und konstruktive Kritik selbstsicher anzunehmen. Sind wir die Kritikgeber, ist es wichtig, ein konstruktives Gesprächsklima zu schaffen.

Einzelberatung ist entgeltfrei!
Vereinbaren Sie telefonisch einen Termin: 0531 2412-324 oder -315

Volkshochschule
Haus Heydenstraße 2
EG, Raum E16

Einzelberatung bei Praktikums-/Arbeitsplatzsuche und Aufnahme in einen Bewerberinnenpool

Für Frauen, die sich im Anschluss an das Programm auf die Praktikums- oder Arbeitsplatzsuche begeben wollen, bietet die Koordinierungsstelle Frau und Beruf kostenlose Beratungsgespräche an sowie die Aufnahme der Bewerbungsunterlagen in einen Bewerberinnenpool, welcher den Betrieben des Überbetrieblichen Verbundes Frau und Beruf e. V. zugänglich ist.

Inhalte:

- Entspannungs- und Atemübungen
- Mentale Übungen zur Stärkung unserer Abwehr
- Gut zuhören
- Das 4-Ohren-Modell
- Reden, reden, reden
- Konstruktive Kritik geben

In entspannter Atmosphäre werden verschiedene Strategien ausprobiert.

EFG22 Irene Merbitz-Flentje
So, 08.30–16.00 Uhr am 20. Juli 2014
1 Termin, 9 Unterrichtsstunden, 39,- €
mit Förderantrag 22,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.09

Leichter Entscheidungen treffen

Täglich müssen wir kleine oder große Entscheidungen treffen: Karriere oder Familie? Job-Wechsel oder Weiterbildung? Wellness-Urlaub oder Rundreise? Das rote oder das blaue Kleid? Pizza oder Salat?

„Große" Entscheidungen kosten viel Kraft und Energie. Je mehr Wahlmöglichkeiten wir haben, je weitreichender die Konsequenzen sind, umso schwerer fällt es, sich für eine Lösung zu entscheiden. Mache ich das Richtige? Soll ich meinem Verstand folgen oder meiner Intuition? Wenn die Situation kompliziert erscheint, fühlt man sich schnell hilflos. Unser „Kopf!" sagt uns etwas anderes als der „Bauch", das „Herz" möchte ganz etwas anderes, quälende Zweifel kommen auf und blockieren uns. Aus Angst vor falschen Entscheidungen neigen viele Menschen dazu sich vor der Entscheidung zu drücken und überlassen sie anderen. Doch kommen die eigenen Interessen dabei häufig zu kurz? Je eher Sie Klarheit über Ihre echten Bedürfnisse, Ihre wahren Ziele haben, desto schneller können Sie eine tragfähige Entscheidung treffen. In diesem Workshop lernen Sie geeignete Methoden kennen, die es Ihnen leichter machen. Ziel ist es, dass Sie für sich selbst eine zu Ihnen passende Strategie entwickeln.

EFG27 Leonore Stolte
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 26. April 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 35,- €
mit Förderantrag 20,- €
VHS Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.15

Bewerbung

Weg von der Norm - Mein persönlicher Bewerbungsweg

Sie sind dabei, sich für eine neue Stelle zu bewerben? Die vielen Ratgeber verwirren Sie in ihrer Vielfalt eher, als dass sie Ihnen helfen? Sie fragen sich, ob Sie Ihre Bewerbung an bestimmten Standards orientieren sollen, oder ob Sie ihnen eine persönliche Note geben dürfen? Sie haben noch nie eine Bewerbung geschrieben? Oder haben Sie schon unzählige Mappen abgeschickt, ohne den erwünschten Erfolg?

Wenn Sie Ihr ganz persönliches Bewerbungspaket schnüren und/oder einfach mehr Sicherheit im Bewerbungsprozess erlangen wollen, dann sind Sie hier richtig.

An zwei Wochenenden widmen wir uns Ihrem individuellen Bewerbungsweg, Ihren Anliegen, Ihren Stärken, Ihrem persönlichen Profil, so dass Sie authentisch und selbstbewusst Ihrem Traumjob ein Stück näher kommen.

EFJ01 Christiane Leonhardt
Fr, 16. Mai 2014, 17.00–21.00 Uhr
Sa, 17. Mai 2014, 09.30–16.30 Uhr
Fr, 23. Mai 2014, 17.00–21.00 Uhr
Sa, 24. Mai 2014, 09.30–16.30 Uhr
4 Termine, 26 Unterrichtsstunden, 110,- €
mit Förderantrag 58,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, Raum s. Aushang

Bewerbung online

Nutzen Sie das Internet zur Stellensuche! Im Kurs lernen Sie verschiedene Jobsuchmaschinen kennen und erfahren, wie Ihre Online-Bewerbung aussehen sollte und was Sie dafür bereithalten müssen. In verschiedenen Job-Portalen können Sie Ihr eigenes Bewerberprofil hinterlegen und aktiv die Suche gestalten, indem Sie auf sich aufmerksam machen. Erstellen Sie Ihre Bewerbungsunterlagen und erarbeiten Sie in praktischen Übungen, was für den Erfolg einer Online-Bewerbung wichtig ist.

Teilnahmevoraussetzung: Gute PC- und Internet-Kenntnisse erforderlich.

EFJ04 Merle Hübner
Sa, 09.00–16.00 Uhr am 29. März 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 37,- €
mit Förderantrag 21,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Das gelungene Vorstellungsgespräch

Im Vorstellungsgespräch geht es darum, sich gut in Szene zu setzen, selbstsicher aufzutreten und positiv über sich zu reden. Kurz: Werbung in eigener Sache zu machen. Diese Chance nutzen Sie am besten, wenn Sie sich sorgfältig dafür vorbereiten. Wir unterstützen Sie dabei mit Tipps, Informationen, Übungen.

Inhalte:

- Das optimale Verhalten im Vorstellungsgespräch
- Klassische Entscheidungskriterien
- Der Ablauf eines Vorstellungsgesprächs
- Gute Formulierungen zur Selbstpräsentation
- Souverän auf Fragen reagieren

EFJ07 Kathrin Heitbreder
Fr, 08.30–11.45 Uhr, ab 13. Juni 2014
3 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 54,- €
mit Förderantrag 30,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
2. Stock Raum 2.12

„Würden Sie sich einstellen?" Personalauswahl heute

Unternehmen legen bei der Auswahl ihres Personals hohe Maßstäbe an. Deshalb ist es wichtig, dass bei der Bewerbungsstrategie die Sichtweise von Unternehmen bekannt ist und berücksichtigt werden kann. Nutzen Sie die Gelegenheit, sich bei einer Braunschweiger Unternehmerin, die als Mutter auch die Probleme der Vereinbarkeit von Familie und Beruf kennt, darüber zu informieren, worauf Unternehmen heute bei ihrer Personalauswahl achten und womit Frauen und Mütter in ihren Bewerbungen punkten können.

- Wie sollte die erste Kontaktaufnahme erfolgen (telefonisch, persönlich, per Mail)?
- Warum gute Vorinformationen über das Unternehmen wichtig sind
- Was wird in Unternehmen beim Eintreffen einer Bewerbung beachtet?
- Wie macht eine Initiativbewerbung auf mich neugierig?
- Vermeidbare Fehler
- Wie gehe ich mit „kritischen Punkten" im Lebenslauf oder in meiner aktuellen Lebenssituation um?

Ihr Weg in die Selbstständigleit

Sie wollen sich selbstständig machen?

Nutzen Sie unser Beratungsangebot und unsere Seminare für Existenzgründerinnen!

Neben diesen und anderen Fragen soll es aber auch um sog. Schlüsselqualifikationen gehen, die Frauen in der Familienphase erwerben und die bei Personalentscheidungen wichtig sind.

EFJ10 Christine Müller
Di, 09.00–11.30 Uhr am 17. Juni 2014
1 Termin, 3 Unterrichtsstunden, 15,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Raum siehe Aushang

Existenzgründung für Frauen

Einstiegsberatung für Existenzgründerinnen

Für Frauen, die grundlegende Fragen zur Existenzgründung haben, eine Gründung planen oder noch unentschieden sind, ob eine berufliche Selbständigkeit der richtige Weg für sie ist, bieten wir Beratung in kleinen Gruppen an.

EFK01 Christel Böwer
Di, 18.00–20.15 Uhr am 03. Juni 2014
1 Termin, 3 Unterrichtsstunden, 21,- €
Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Raum siehe Aushang

Die eigene Existenzgründung erfolgreich planen

In diesem Seminar erhalten Sie Informationen zur Planung einer erfolgreichen Selbstständigkeit:

- Wie schreibe ich den Businessplan?
- Welche Fördermittel und Finanzierungshilfen gibt es?
- Welche persönlichen Voraussetzungen sollte man als Gründerin haben?
- Welche Behördengänge sind zu absolvieren?
- Welches ist die richtige Marketingstrategie?

Das Seminar richtet sich sowohl an Frauen, die eine grobe erste Gründungsidee entwickelt haben als auch an solche, die schon weiter fortgeschritten sind auf dem Weg zur eigenen Existenzgründung. Zusätzlich zur Informationsvermittlung werden wir individuell an Ihren Gründungsvorhaben arbeiten und diese weiterentwickeln. Ziel ist es, dass Ihnen am Ende des Tages die nächsten Schritte klar sind und Sie die Chancen Ihrer Idee realistisch einschätzen können.

EFK04 Stephan Böttger
Do, 09.00–16.00 Uhr am 19. Juni 2014
1 Termin, 8 Unterrichtsstunden, 42,- €
mit Förderantrag 24,- €
VHS Haus Güldenstraße 21, 3. Stock Raum 3.03

Selbständigkeit in Teilzeit - Wie geht das?

Auf Fragen, die Teilzeitselbständige sich stellen, findet man in Existenzgründungsratgebern nur selten eine Antwort. Vor allem Frauen müssen jedoch eine geplante Selbständigkeit häufig mit anderen Lebens- und Arbeitsverhältnissen kombinieren.

Inhalte:

- Wie verträgt sich die Teilzeitselbständigkeit mit den Rahmenbedingungen von Elternzeit, Festanstellung,
- 400 € - Job oder Leistungsbezug von Agentur für Arbeit oder Arbeitsgemeinschaft?
- Welchen Einfluss hat die teilzeitselbständige Tätigkeit auf die bestehende sozialversicherungsrechtliche Absicherung, z. B. Kranken- und Rentenversicherung?
- Welchen zusätzlichen Anforderungen muss bei kleinen und Kleinstgründungen gegenüber dem Finanzamt Beachtung geschenkt werden?
- Welche Zuschüsse gibt es?
- Für ältere Existenzgründerinnen: Welcher Zuverdienst ist neben Rente oder Pension möglich?

Das Seminar lässt Freiraum für Fragen und Diskussion.

EFK07 Anne-Bianca Büchner
Di, 08. Juli 2014, 09.00–14.00 Uhr
Di, 15. Juli 2014, 09.00–14.00 Uhr
2 Termine, 12 Unterrichtsstunden, 52,- €
inkl. Pausengetränke, mit Förderantrag 29,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, Raum s. Aushang

Durch Förderung ermäßigte Kursgebühren

Frauen, die seit mindestens 12 Monaten nicht sozialversicherungspflichtig beschäftigt waren und nicht im Leistungsbezug SGBII/III stehen, sowie Mütter in der Elternzeit bezahlen eine ermäßigte Kursgebühr.

Den entsprechenden Förderantrag erhalten Sie in der VHS Braunschweig.

Erste Schritte in Steuerrecht und Buchhaltung

Für viele Unternehmerinnen oder solche, die es erst werden wollen, ein lästiges Thema: Doch Steuerrecht und Buchhaltung gehören zu einem Unternehmen wie die Geschäftsidee selbst. In diesem Seminar erhalten Sie die wichtigsten Grundkenntnisse, damit Sie handlungsfähig sind und mitreden können - beim Finanzamt, im Steuerbüro oder unter Unternehmern/-innen.

Inhalte:

- Erster Kontakt mit dem Finanzamt - Steuernummer beantragen
- Grundlagen zum Thema Steuern und Buchführung anhand der maßgeblichen Vorschriften
- Brauche ich einen Steuerberater?
- Ordnungsgemäße Rechnungsstellung
- Organisation der eigenen Buchhaltung bzw. deren Ablage
- Was sind Betriebsausgaben?
- Abschreibung, geringwertige Wirtschaftsgüter, Pkw-Nutzung
- Gewinnermittlung anhand der Einnahme-Überschuss-Rechnung
- Aufbewahrungsfristen der Unterlagen
- Prüfungen des Finanzamts

In der Kursgebühr enthalten sind die Kosten für Arbeitsunterlagen mit aktuell relevanten steuerlichen Informationen.

EFK10 Arne Habermann
Sa, 09.30–12.00 Uhr am 17. Mai 2014
1 Termin, 3 Unterrichtsstunden, 25,- €
inkl. Pausengetränke, mit Förderantrag 15,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.15

Mein eigener Online-Shop

Sie beherrschen ein Handwerk und das sogar richtig gut. Haben Sie schon mal daran gedacht, Ihre kreativen Produkte zu verkaufen und sich selbstständig zu machen? Oder verkaufen Sie bereits und suchen weitere Märkte, um Ihr Produkt zu vertreiben? An diesem Vormittag werden Ihnen Möglichkeiten aufgezeigt, wie Sie über das Internet und diverse Plattformen wie ebay und DaWanda Ihre Waren verkaufen können. Wer möchte, kann sich im Kurs gleich anmelden und einen eigenen Account anlegen. Wie wichtig ist ein eigenes Design

Zeit für mich
Frauen-Café

Jeden ersten Dienstag im Monat – 9:30 - 11.00 Uhr
(Gebühr: 3 € pro Termin)
VHS Haus Heydenstraße 2, Raum siehe Aushang

Für Kaffee/Tee und Kekse ist gesorgt.
Laufender Einstieg möglich!
Aus organisatorischen Gründen bitten wir um Anmeldung (EF001)

und was kann ich im Rahmen meiner finanziellen Möglichkeiten selber machen? Wir sprechen über Marketing und die Wichtigkeit und Wirkung von Produktfotos auf Kunden und erproben gemeinsam, wie man ein gutes und ansprechendes Produktfoto erstellt. Bereits vorhandene Produktfotos können gerne mitgebracht werden.

Teilnahmevoraussetzung:
Internet-Kenntnisse

EFK13 Nadine Maxrath
Sa, 09.00–12.15 Uhr am 21. Juni 2014
1 Termin, 4 Unterrichtsstunden, 23,- €
mit Förderantrag 14,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Die Spielregeln des Netzwerkaufbaus beherrschen

Ein gutes Netzwerk aufzubauen und zu unterhalten, bietet viele Vorteile. Aber woher nehmen, wenn nicht stehlen? Und haben Sie sich nicht auch schon einmal gefragt, warum dies Männern häufig besser gelingt? Obwohl mittlerweile weite Einsicht darüber herrscht, dass einige (angeblich) typisch weibliche Eigenschaften wichtige Zutaten für die Netzwerkarbeit sind, zählen z. B. Kommunikationsgeschick, Einfühlungsvermögen und Intuition längst zu den wichtigsten Schlüsselqualifikationen. Es kommt aber darauf an, diese auch zielorientiert einzusetzen. In diesem Workshop lernen Sie die wesentlichen Vorteile des Netzwerkaufbaus kennen und erhalten wertvolle Tipps, die Frau sich auch bei Mann abgucken kann.

EFK15 Annette Quidde
Fr, 09. Mai 2014, 09.00–16.00 Uhr
Sa, 10. Mai 2014, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 69,- €
mit Förderantrag 37,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.08

Rechtliches

Hilfen zum beruflichen (Wieder-) Einstieg

Sie haben Ihre Erwerbstätigkeit wegen der Betreuung von Kindern oder der Pflege von Familienangehörigen unterbrochen und möchten:

- beruflich wieder einsteigen?
- sich selbstständig machen?
- Informationen, um Ihre Planungen zielgerichtet umzusetzen?

Wie nehme ich Kontakt zur Agentur für Arbeit auf? Was wird von mir bei einer Arbeitslosmeldung erwartet? Welche Unterstützung kann ich als Berufsrückkehrerin von der Agentur für Arbeit erhalten? Wie vereinbare ich Familie und Beruf? Antworten auf diese und ähnliche Fragen erhalten Sie von der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt.

EFN01 Annette Kuck
Di, 09.00–11.15 Uhr am 24. Juni 2014
1 Termin, 3 Unterrichtsstunden, entgeltfrei
Wir bitten um Anmeldung aus organisatorischen Gründen.
VHS Haus Heydenstraße 2, Raum s. Aushang

Arbeitszeugnisse richtig lesen und schreiben

Das Arbeitszeugnis gehört neben dem Lebenslauf, den Ausbildungsnachweisen und dem Anschreiben zu den vier Säulen einer Bewerbung. Es informiert potentielle Arbeitgeber/-innen über die berufliche Erfahrung und die inhaltliche Arbeitsweise der Bewerber/-innen. Darum sollte man sich für jedes Praktikum und jede längere Beschäftigung ein Arbeitszeugnis geben lassen.

Im Kurs wird das Thema aus unterschiedlichen Blickwinkeln betrachtet:

- Was habe ich als Arbeitgeber zu beachten?
- Was ist für mich als Arbeitnehmer wichtig?

Sie lernen die verschiedenen Zeugnisarten kennen und erfahren, welche Anforderungen an Inhalt und Form zu erfüllen sind. Ein wesentlicher Punkt des Zeugnisses ist die Art und Weise, wie die Leistung korrekt bewertet und insbesondere, wie sie formuliert wird. Abgerundet wird das Thema mit der Klärung der Frage, was zu tun ist, wenn der Zeugnisempfänger/die Zeugnisempfängerin mit der Bewertung nicht einverstanden ist.

EFN04 Leonore Stolte
Fr, 16.30–19.45 Uhr am 04. Juli 2014
1 Termin, 4 Unterrichtsstunden, 23,- €
mit Förderantrag 14,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 2. Stock Raum 2.04

Altersvorsorge für Frauen (Pecha Kucha-Präsentation)

Mit Hilfe der lockeren und kurzweiligen Präsentationstechnik Pecha Kucha bringen wir Ihnen wichtige Themen nahe, die für Ihre Rente von Bedeutung sind:

- Welche Rentenansprüche bilden sich für Frauen in der Elternzeit, in Pflegezeiten, in geringfügigen Beschäftigungsverhältnissen oder in Teilzeitjobs?
- Wie wirken sich Kindererziehungs- nd Pflegezeiten auf die Rente aus?
- Welche gesetzlichen Neuerungen gibt es?
- Welche Zusatzversicherungen f ür Frauen sind empfehlenswert?
- Was ist dabei zu bedenken?

Pecha Kucha gibt Impulse und regt zu Fragen und Gesprächen an. Ein „trockenes" Thema mal ganz anders präsentiert - Sie werden staunen!

EFN07 Julia Hühn
Di, 09.30–11.45 Uhr am 03. Juni 2014
1 Termin, 3 Unterrichtsstunden, entgeltfrei
Wir bitten um Anmeldung aus organisatorischen Gründen.
VHS Haus Heydenstraße 2, Raum s. Aushang

Information / Austausch

Zeit für mich. Frauen-Café

Die Rückkehr in den Beruf ist für Mütter ein wichtiger, oft schwieriger Schritt im Leben. Es müssen viele und weitreichende Entscheidungen getroffen werden. Wann ist der richtige Zeitpunkt? Was kann ich meiner Familie zumuten - und mir selbst? Wie werde ich fertig mit Zweifeln, Ängsten, gut gemeinten Ratschlägen von „überzeugten Müttern", von Frauen, die Beruf und Familie scheinbar „mit links meistern" oder Menschen, für die Arbeit der Lebensschwerpunkt ist? Was muss ich konkret unternehmen, wenn meine Entscheidung fest steht? Wo finde ich Beratung und Unterstützung? Ich bekomme nur Absagen auf meine Bewerbungen.

Zu diesen und vielen anderen Fragen können sich Frauen bei uns austauschen. Nach Wunsch laden wir Gäste ein: Mütter, bei denen der Wiedereinstieg geglückt ist oder Frauen, die Qualifizierungen zur Berufsrückkehr besuchen etc.

Einzelberatung bei Praktikums-/Arbeitsplatzsuche und Aufnahme in einen Bewerberinnenpool

Für Frauen, die sich im Anschluss an das Programm auf die Praktikums- oder Arbeitsplatzsuche begeben wollen, bietet die Koordinierungsstelle Frau und Beruf kostenlose Beratungsgespräche an sowie die Aufnahme der Bewerbungsunterlagen in einen Bewerberinnenpool, welcher den Betrieben des Überbetrieblichen Verbundes Frau und Beruf e. V. zugänglich ist.

Einzelberatung ist entgeltfrei!
Vereinbaren Sie telefonisch einen Termin: 0531 2412-324 oder -315
Volkshochschule
Haus Heydenstraße 2
EG, Raum E16

Für Kaffee/Tee und Kekse ist gesorgt.

EFO01 Dietlinde Tartler
Jeden ersten Dienstag im Monat, 3,- € je Termin
09.30–11.30 Uhr , ab 11. Februar 2014
Wir bitten um Anmeldung aus organisatorischen Gründen.
VHS Haus Heydenstraße 2, Raum s. Aushang

Praktikums-/Arbeitsplatzsuche

Einzelberatung bei Praktikums-/Arbeitsplatzsuche und Aufnahme in einen Bewerberinnenpool

Für Frauen, die sich im Anschluss an das Programm auf die Praktikums- oder Arbeitsplatzsuche begeben wollen, bietet die Koordinierungsstelle Frau und Beruf kostenlose Beratungsgespräche an sowie die Aufnahme der Bewerbungsunterlagen in einen Bewerberinnenpool, welcher den Betrieben des Überbetrieblichen Verbundes Frau und Beruf e.V. zugänglich ist.

EFP01 Dietlinde Tartler
Beratungen nach tel. Terminabsprache: 0531 2412-315
Beratung ist entgeltfrei.
VHS Heydenstraße 2, Erdgeschoss Raum E.16

Frauen in Führungspositionen

Ihr souveräner Auftritt in der Öffentlichkeit

Auftreten, Kleidung, Körpersprache sowie rhetorische Mittel und Argumentationsweise entscheiden, wie Sie auf andere wirken. Schon mit der Umsetzung einfacher Regeln und gezieltem Verhalten, das selbstverständlich zur eigenen Persönlichkeit passen muss, können Sie ein souveränes Bild vermitteln und Ihre Wirkung auf andere in der Öffentlichkeit optimal gestalten. Welches Verhalten gilt als selbstbewusst und woran erkennen Sie Unsicherheiten, auch wenn das Signal kaum wahrnehmbar erscheint? Wie können Sie bei anderen und bei sich selbst gezielt darauf reagieren? In diesem Seminar erarbeiten Sie Ihren persönlichen Auftritt in Selbstpräsentationen, üben die Grundregeln zum sicheren Vortragen und erhalten ein Feedback bezüglich Ihrer Wirkung nach außen. Aus der Vielzahl der Auftrittsmöglichkeiten finden Sie heraus, wie Sie wirken und was gut zu Ihnen und Ihrer Persönlichkeit passt - und kreieren Ihren eigenen souveränen Stil.

EFT01 Annette Quidde
Sa 28. - So 29. Juni 2014
Sa, 09.00–17.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 73,- €
mit Förderantrag 39,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.08

Konfliktgespräche in Veränderungssituationen

Wie können Sie Veränderungen, mit denen Sie konfrontiert werden, konstruktiv an Ihre Mitarbeiter/-innen vermitteln? Wie können Sie Emotionen und Widerstand sinnvoll begegnen und Umbruchsituationen sicher gestalten?

Ziel ist es, diese schwierigen Situationen zu reflektieren und erfolgreiche Handlungsstrategien zu entwickeln.

Inhalte:
- Konfliktanalyse
- Psychologisches Hintergrundwissen zum Umgang mit Veränderungen
- Hiobsbotschaften konstruktiv vermitteln
- Umgang mit Emotionen und Widerstand
- Konstruktive Gesprächsführung in schwierigen Situationen
- Umbruchsituationen gestalten
- elbststärkung und Sicherheit im Auftreten gewinnen

EFT03 Evelyn Reinecke
Sa 17. - So 18. Mai 2014
Sa, 09.00–16.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 16 Unterrichtsstunden, 116,- €
mit Förderantrag 61,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.03

Moderation: Strukturiertes Leiten von Besprechungen, Konferenzen, Diskussionen

Unser beruflicher Alltag ist geprägt von der Notwendigkeit effektiver Planungs- und Gestaltungsprozesse. Dennoch erleben wir häufig langwierige Sitzungen, bei denen die Entscheidungsfindung durch ausufernde Redebeiträge oder eine unübersichtliche Planung verzögert wird. Moderationstechniken tragen dazu bei, Gespräche in Gruppen so zu gestalten, dass die Erfahrungen aller Beteiligten genutzt und rasche Arbeitsergebnisse erzielt werden. Im Seminar werden die wesentlichen Grundannahmen der „Moderationsmethode“ und der damit verbundenen Haltung des Moderators/der Moderatorin erläutert. Visuelle Gestaltungsmöglichkeiten der erzielten Arbeitsergebnisse und die einzelnen Phasen der Moderation können im Rahmen selbst gewählter oder auch vorgegebener Themenstellungen praktisch erprobt werden.

EFT05 Annette Quidde
Sa 19. - So 20. Juli 2014
Sa, 09.00–17.00 Uhr, So, 09.00–16.00 Uhr
2 Termine, 17 Unterrichtsstunden, 73,- €
mit Förderantrag 39,- €
VHS Haus Heydenstraße 2, 1. Stock Raum 1.08

Weiterkommen – aber wie? Bildungsberatung nach Maß

Qualifizierte Berater/-innen helfen Ihnen, die optimale Weiterbildung für Ihre persönliche Situation zu finden. Das kostenfreie und neutrale Beratungsangebot richtet sich an alle bildungsinteressierten Erwachsenen.
Wir bieten Beratung für

- Migrant/-innen zur sprachlichen, beruflichen und gesellschaftlichen Integration
- Frauen, besonders Berufsrückkehrerinnen
- Jugendliche und Erwachsene zu Grundbildung, Berufsorientierung und Alphabetisierung
- Ältere Arbeit Suchende
- Familien, auch mit Migrationshintergrund
- die persönliche Qualifizierung in vielfältigen Fachgebieten
- den Erhalt der Bildungsprämie

Orientierungsberatung:
Elena Sabuga
Telefon 0531 2412-347
(Termine nach Vereinbarung)

Volkshochschule Braunschweig,
Alte Waage 15
Telefon 0531 2412-0

Ausbildungswerkstatt Braunschweig e.V.

Rehabilitationspädagogische Zusatzqualifikation

ab April 2014
Mo./Fr./Sa. und
1 Woche Vollzeitunterricht
als Bildungsurlaub

320 Unterrichtsstunden

Für pädagogisches Fachpersonal, das in der beruflichen Rehabilitation arbeitet (§66 BBiG / §42m HwO) nach Empfehlung des BIBB-Hauptausschusses. Durch die Teilnahme an dieser Weiterbildung besteht die Möglichkeit eine anerkannte Zusatzqualifizierung zu erwerben, um Jugendliche und Erwachsene der beruflichen Rehabilitation in geeigneter Weise im Rahmen einer Berufsvorbereitung oder Berufsausbildung betreuen und ausbilden zu können.

Fortbildungen für Fachpersonal aus Kindertageseinrichtungen

nach Absprache
5 Termine
Do. 18.00 - 21.00 Uhr

1) Kinder unter 3: Frühkindliche Bildung (Grundkurs)
2) Kuck mal, was ich kann: Bildungsdokumentation mit dem Portfolio
3) Elterngespräche zielorientiert führen

Ausbildung der Ausbilder/-in (IHK)

Februar und Oktober 2014
100 Unterrichtsstunden
gerade Kalenderwoche:
Mo./Di./Mi. 17.00 - 20.15 Uhr
berufsbegleitender Unterricht,
Vollzeitunterricht als Bildungsurlaub

7 Wochen

Für Teilnehmende mit abgeschlossener Berufsausbildung aller Berufsbereiche der IHK.

CNC-Technik / Basiskurs

März und Oktober 2014
(ungerade Kalenderwoche)
Di./Do. 16.30 - 19.45 Uhr
Sa. 08.00 - 13.00 Uhr
berufsbegleitender Unterricht,

5 Wochen

Für Teilnehmende mit abgeschlossener Ausbildung im Metallbereich und entsprechender Berufspraxis oder bei fehlendem Berufsabschluss mit mindestens 3-jähriger Berufspraxis.

Industriemeister/-in – Metall inkl. Ausbildung der Ausbilder/-in (IHK)

April und November 2014
ungerade Kalenderwoche:
Di./Do. 17.00 - 20.15 Uhr
Sa. 08.00 - 13.00 Uhr
gerade Kalenderwoche:
Sa. 08.00 - 13.00 Uhr
arbeitsschichtspezifische
Unterrichtstage, berufsbegleitend,
Vollzeitunterricht als Bildungsurlaub

38 Monate

Für Teilnehmende mit abgeschlossener Ausbildung im Metallbereich und mindestens 3-jähriger Berufspraxis oder mit 8-jähriger Berufspraxis bei fehlendem Berufsabschluss.

Industriefachwirtin / Industriefachwirt

März und Oktober 2014
Mo./Di./Mi. 17.00 - 20.00 Uhr
berufsbegleitender Unterricht
und eine Woche
Vollzeitunterricht als Bildungsurlaub

18 Monate

Für Teilnehmende mit einer abgeschlossenen Berufsausbildung in einem anerkannten 3-jährigen kaufmännischen oder verwaltenden Ausbildungsberuf oder einer abgeschlossenen Berufsausbildung in einem sonstigen anerkannten 3-jährigen Ausbildungsberuf und danach eine mindestens 1-jährige Berufspraxis oder einer abgeschlossenen Berufsausbildung in einem 2-jährigen Ausbildungsberuf mit 2-jähriger Berufspraxis oder einer mindestens 3-jährigen Berufspraxis.

Technische Betriebswirtin/Technischer Betriebswirt (IHK)

April und November 2014
ungerade Kalenderwoche:
Mo./Mi. 17.00 - 20.15 Uhr
Sa. 08.00 - 13.00 Uhr
gerade Kalenderwoche:
Sa. 08.00 - 13.00 Uhr
arbeitsschichtspezifischer Unterricht,
berufsbegleitend,
Vollzeitunterricht als Bildungsurlaub

28 Monate

Für Teilnehmende mit erfolgreichem Abschluss als Industriemeister/-in oder mit einer vergleichbaren technischen Meisterprüfung oder mit einem erfolgreichen Abschluss als Technische/r Fachwirt/-in oder mit einer erfolgreich abgelegten staatlichen Prüfung als Techniker/-in oder als Ingenieur/-in mit mind. 2-jähriger beruflicher Praxis.

Ausbildungswerkstatt Braunschweig e.V.

Gemeinnütziger, eingetragener Verein der Jugend- und Erwachsenenbildung
Salzdahlumer Str. 196, 38126 Braunschweig (Campus 3)
Telefon(05 31) 2 64 06-0, Fax (05 31) 2 64 06 44
E-Mail: info@ausbildungswerkstatt-bs.de, www.ausbildungswerkstatt-bs.de

Fachwirt/-in im Sozial- und Gesundheitswesen (IHK)

Mai und November 2014
gerade Kalenderwoche:
Mo./Mi. 17.00 - 19.45 Uhr
Sa. 08.00 - 13.00 Uhr
ungerade Kalenderwoche:
Sa. 08.00 - 13.00 Uhr
arbeitsschichtspezifische Unterrichtstage, berufsbegleitender Unterricht, Vollzeitunterricht als Bildungsurlaub

16 Monate

Für Teilnehmende mit erfolgreich abgelegter Abschlussprüfung des Sozial- und Gesundheitswesens in einem anerkannten Ausbildungsberuf und danach einer mindestens einjährigen Berufspraxis oder mit einem abgeschlossenen Hochschulstudium und einer mindestens 2-jährigen Berufspraxis oder einer mindestens 5-jährigen Berufspraxis im Sozial- und Gesundheitswesen. Weitere Zulassungsmöglichkeiten können gern im persönlichen Beratungsgespräch erläutert werden.

Technische Fachwirtin / Technischer Fachwirt (IHK)

März und Oktober 2014
ungerade Kalenderwoche:
Di./Do. 17.00 - 20.15 Uhr
Sa. 08.00 - 13.00 Uhr
gerade Kalenderwoche:
Sa. 08.00 - 13.00 Uhr
arbeitsschichtspezifische Unterrichtstage, berufsbegleitender Unterricht, Vollzeitunterricht als Bildungsurlaub

23 Monate

Für Teilnehmende mit abgeschlossener 3-jähriger Berufsausbildung im kaufmännischen und gewerblichen Bereich und 3-jähriger Berufspraxis oder mit einer 6-jährigen Berufspraxis im kaufmännischen oder gewerblich-technischen Bereich.

CNC-Technik / Anwenderkurs – Anwenderpass

April und November 2014
ungerade Kalenderwoche:
Mo./Mi. 16.30 - 19.45 Uhr
Sa. 08.00 - 13.00 Uhr
berufsbegleitender Unterricht

5 Wochen

Für Teilnehmende mit abgeschlossener Ausbildung im Metallbereich und entsprechender Berufspraxis oder bei fehlendem Berufsabschluss mit mindestens 3-jähriger Berufspraxis, sowie dem Basiskurs CNC-Technik oder einem vergleichbaren Fortbildungskurs.

Personalfachkauffrau / Personalfachkaufmann

März und Oktober 2014
Mo./Di./Mi. 17.00 - 20.00 Uhr
berufsbegleitend

12 Monate

Für Teilnehmende mit einem Berufsabschluss in einem anerkannten kaufmännischen oder verwaltenden Ausbildungsberuf und danach einer mindestens zweijährigen Berufspraxis oder mit einem Berufsabschluss in einem anderen anerkannten Ausbildungsberuf und danach einer mindestens dreijährigen Berufspraxis oder mit einer mindestens fünfjährigen Berufspraxis.

Ausbildungswerkstatt Braunschweig e.V.

Weitere Fortbildungsangebote, Informationen über den Beginn der Kurse, die Lehrgangskosten etc. erhalten Sie bei der
Ausbildungswerkstatt Braunschweig e. V.
Salzdahlumer Str. 196, 38126 Braunschweig,
Frau Holland, Herr Woilid Ben Ameur, Tel. (05 31) 2 64 06-0

Bürozeiten: Mo - Do 07.45 – 16.30 Uhr
Fr 07.45 – 15.00 Uhr
Termine nach Vereinbarung

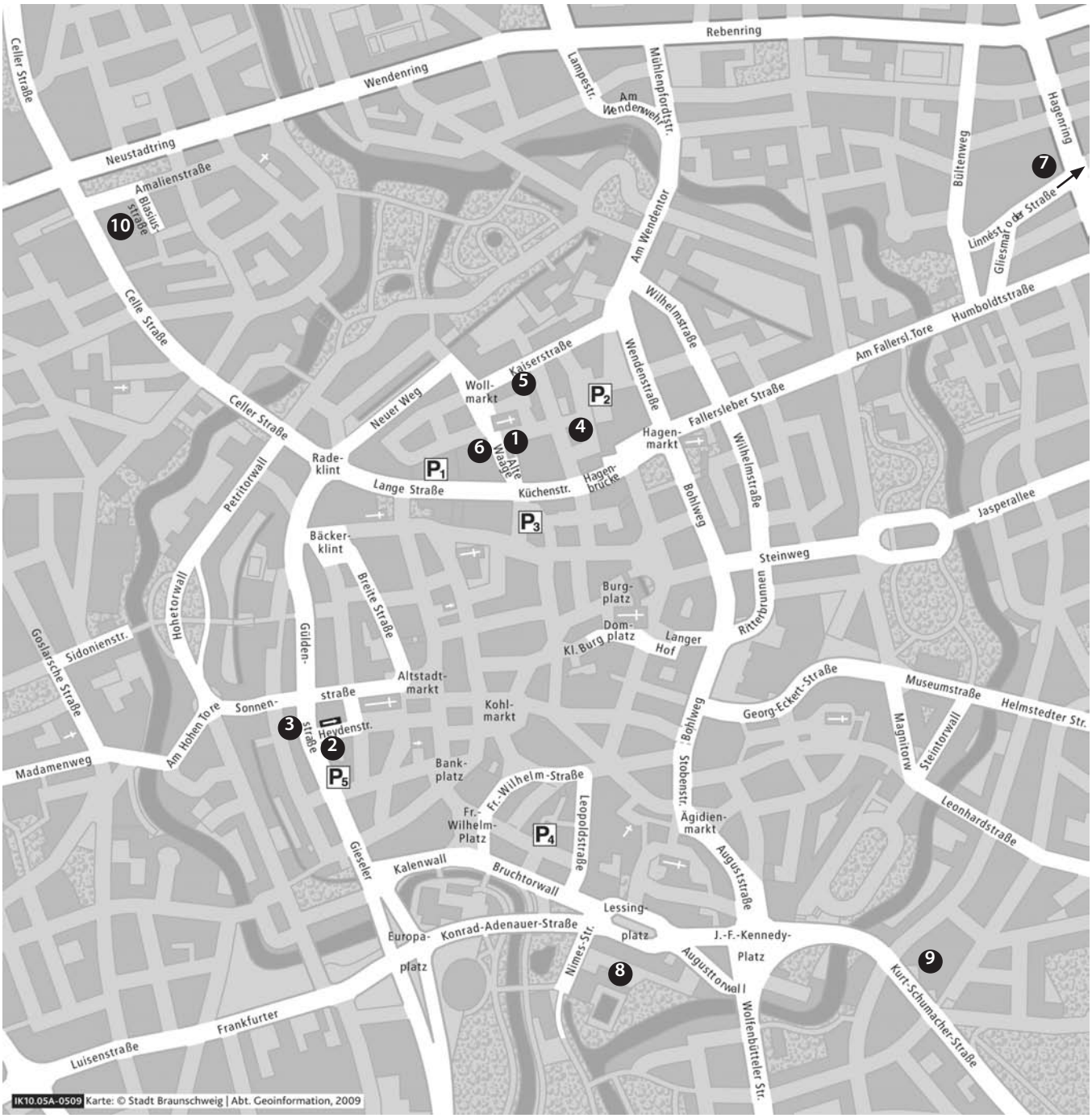
Bitte beachten Sie auch die Veröffentlichungen in der örtlichen Presse oder rufen Sie per Internet unter www.ausbildungswerkstatt-bs.de unsere Bildungsangebote ab.

zertifiziert nach AZWV durch HZA

Zertifiziert am 10.07.2006
Zertifiziert am 06.06.2012
nach AZAV

LQW® ArtSet®

LQW³ Qualitätstestierung in der Weiterbildung seit 2005



1 Volkshochschule Haus Alte Waage, Alte Waage 15
Haltestelle (Straßenbahn): Alte Waage

2 Volkshochschule Haus Heydenstraße 2
Haltestelle (Bus): Güldenstraße, Altstadtmarkt

3 Volkshochschule Haus Güldenstr. 19/21
Haltestelle (Bus): Güldenstraße

4 Volkshochschule Haus Reichsstr. 22
Haltestelle (Straßenbahn): Hagenmarkt / Alte Waage

5 Haus der Familie
Kaiserstraße 48 / Reichsstraße 15
Haltestelle (Straßenbahn): Wendenstraße / Alte Waage

6 Otto-Bennemann-Schule, Alte Waage 2/3
Haltestelle (Straßenbahn): Alte Waage (zur Zeit nicht nutzbar)

7 Brunsviga Kulturzentrum, Karlstraße 35
Haltestelle Mozartstraße oder Gliesmaroder Straße

8 Stadtbad, Nîmes-Straße 1
Haltestelle Friedrich-Wilhelm-Platz

9 Sporthalle Ottmerhalle
Kurt-Schumacher-Str. 28
Haltestelle (Straßenbahn): Campestraße

10 Otto-Bennemann-Schule
Blasiusstraße 5
Haltestelle Amalienplatz

P1 Parkhaus C1[1,2]

P2 Parkplatz Markthalle[2]

P3 Tiefgarage Packhof[1,2]

P4 Parkhaus Wallstraße[1,2]

P5 Tiefgarage Eiermarkt[1,2]

[1]Öffnungszeiten beachten
[2]gebührenpflichtig

Unterrichtsstätten außerhalb des Stadtplanes:

Musische Akademie
Neustadtring 9
Haltestelle (Bus): Amalienplatz

Welfenakademie
Salzdahlumer Str. 160
Haltestelle (Bus): Klinikum Salzdahlumer Straße

Verbindungsinformationen: www.efa.de

A

Access 109 f.
Administrator (Computer) 107, 115
AGB 8
Akupressur 73 f.
Alexander-Technik 64
Alphabetisierung 101
Akademie Alte Waage 85
Android Smartphone 106, 119
Anmeldung 7
Apple iPad, iPhone 106, 111, 119
Aquarell 53 ff.
Arabisch 40
Arbeitsrecht 124
Arbeitstechniken 46
Arbeitszeugnisse 140
AROHA 65
Assessment Center 85
Ausbildung der Ausbilder (IHK) 93
Außenhandel 122
Autogenes Training 70 f.

B

Bauchtanz 67
Berufscoaching Frauen 130, 135, 138
Berufsrückkehrer/-innen 140
Betriebl. Rechnungswesen 122, 125
Betriebliches Steuerrecht 123
Betriebskostenabrechnung 125
Bewerbung online 138
Bewerbungstraining 138 f.
Bilanzierung 108
Bildbearbeitung 60, 110 ff., 114, 118, 133 f.
Bildungsberatung 9
Bildungsberatung und Kompetenzentwicklung 90
Bildungsgutschein (Arbeitsagentur) 9
Bildungsprämie 9
Bildungsurlaub 10 f.
B-Punkt 9, 141
Buchführung 121 f., 139
Buddhismus 47
BürgerKolleg 98
Bürofachkraft (VHS) 121 f., 127
Büroorganisation 127
Business English 30 f.
BWL 122

C

Cambridge Exams 28
Capoeira 67
Chinesisch 40
CMS (Content Management System) 113 f.
Coaching 85
Computerkurse 103 ff.

D

Dänisch 38 f.
Datensicherheit 112 f.
Deutschkurse 18
Digitalfotografie 58, 118
Durchsetzungskraft 136 f.
3D-Drucker 116

E

ebay 139
EDV 103 ff.
Einkommensteuer 122, 124
Einbürgerungstest 21
Energieeinsparung 95, 125
Energie- und Klimaschutz 95
Englisch 22, 24 f., 28, 30 f.
English exams 28
Entspannung 44 f., 52, 63, 65 ff., 87, 138
Ermutigungstraining 136
Ernährung 63
Erziehung 14 f.2
Excel 107 f., 110 f.5, 120, 125, 130 ff., 136
Existenzgründung 139

F

Fachkraft Office 120, 122, 126 f.
Farb- und Stilberatung 75
Feldenkrais 64
Finanzbuchhaltung 121
Finnisch 40
Flamenco 52
Fortbildung im Ehrenamt 98
Fotografie 58 ff., 111 f.
Fotobuch 112, 118
Französisch 32 f.
Freie Rede 44 f.
Frisuren- und Typberatung 75
Führungskräfte 69, 87
Fußreflexzonenmassage 73

G

Garten 49
Gesellschaft und Kultur 43
Gesprächsführung 44 f., 47, 137, 141
Gesunde Ernährung 72
GIMP 111 f., 134
Gitarre 51 f.
GPS-Navigation 116
Griechisch 41
Grundbildung 101
Gymnastik 67 f.

H

Hauptschulabschluss 100
Heilgymnastik 64
Heilpraktiker 92
Hindi 41
Hochseilklettern 65
Hochsensibilität 69
Homepage 120, 135
HTML 113 f.

I

Immobilien 125
Immaturenkurs 102
InDesign 112
Integrationskurse 21
Internet 112 f., 117, 133
Intensivkurse 18, 30, 32 f.4 f., 45, 73, 92
Italienisch 34 f.

J

Japanisch 41
Jazzdance 68
JOOMLA 113

K

Karriere-Navigator 129
Kaufmännische Praxis 120 ff., 135 f.
Kinesiologie 70, 92
Kita-Werkstatt 93
Klangschalen 70 f.
Kommunikation und Gesundheit 44
Konfliktgespräche 141
Konfliktmanagement 44
Koordinierungsstelle Frau und Beruf 128 ff.
Körpersprache 44 f., 64, 67, 96, 137, 141
Korrespondenz 127, 135
Kosmetik 63 ,75
Kosten-Leistungsrechnung 123
Kreatives Gestalten 57
Kreatives Schreiben 50
Kroatisch 37
Kulturelle Bildung 49
Kundencenter 5
Kunst 53, 76
Kursangebote nach Maß 108
Kursleiterfortbildung 96

L

Lach-Yoga 70
Laptop 106, 132, 134
Leitbild 12
Lernstrategien 46
Lesen und Schreiben 101
Linux (Betriebssystem) 111, 115
Literatur 13, 29, 40, 49 f., 57, 72, 124
Lohn und Gehalt 124

M

Malen 53 ff.
Manager of Communication (MoC) 86 f.
Marketing 122, 139 f.
Massage 73
Mediation 91
Mediationsbüro 96
Mediation & Konfliktmanagement 88
Meditation 47, 67, 70, 72 ff.
Menschen mit Behinderungen 101
Mitarbeiterfortbildung Lehrende 96
Mitarbeitergespräche 87
Mobbing 88
Moderation 85, 87, 96, 141
Motorkettensäge 58
Musik 51
Musiktheater 48 f.
Muskelentspannung 70 f.
MySQL 113

N

Netzwerke (Computer) 112 ff., 133
Niederländisch 38
Nordic Walking 65 f.
Norwegisch 39

O

Östliche Weisheit 47
Offene Hochschule 102
Officeprogramme 107 ff., 117 ff., 130
Online-Designer (CMS) 113 f.
Online-Publishing 113
Online-Shop 117, 139
Online Seminare 94
Organisation 85, 127
Organisationsentwicklung 85
Outlook 109 f., 120, 127, 131 f.

P

Pädagogik 69
Pädagogische Fortbildung 88
PDF 131
Persisch 43
Personalabrechnung 124
Personalentwicklung 85
Persönlichkeitsbildung 46
Philosophie 47
Photoshop 60, 110 f., 114, 133
PHP 113
Picasa 118, 133
Pilates 66
Politik 14
Polnisch 37
Portugiesisch 35
PowerPoint 96, 109 f., 118, 120, 131 f.,
Präsentation 109
Programmiersprachen 115
Project MS 110
Protokollführung 135
Psychologie 4
Psychologische Fortbildungen 88
Psychomotorik, Fachkraft 93

Q

Qi Gong 70, 73 f.
Qualitätstestierung der VHS 7

R

Realschulabschluss 100
Rechtschreibung 101
Recht und Finanzen 122
Rente 140
Rhetorik 44 ff., 141
Rücken-Fitness 64 ff., 73 f.
Russisch 38

S

Schauspiel 48
Schlagfertigkeit 44, 86 f., 137
Schreibwerkstatt 49 f.
Schülerkurse 46, 108, 110 f., 116, 126
Schüßler-Mineralsalze 63
Schwedisch 39
Selbstbehauptung im Beruf 45, 136 f.
Selbstbewusstsein 44 f., 47, 72, 129, 136 f.
Selbstständigkeit, berufliche 121, 139
Selbstverteidigung für Frauen 67
Selbstvertrauen 93
Seniorenkurse 117 ff.
Serienbriefe 107, 127, 130
Shiatsu 73 f.
Single 46 f.3
Skype 113, 134
Smartphones 106 ,119
Soziale Fortbildung 88
Spanisch 35 ff.
Speckstein 57
Staatstheater 48 f.
Stammtische 13
Steuern 122, 124, 139
Stressbewältigung 69
Studium ohne Abitur 102
Systembetreuung, EDV 114

T

Tai Ji (Tai Chi) 65, 73 f.
Tanzen 52
Tastschreiben 126
Telefontraining 46
Textverarbeitung 105, 107, 110 f., 117 f., 126, 130, 132
Thai, Thailändisch 42
Theater 48 f., 52
Trauerbegleitung 92
Traumat. Belastungen, Fortblg. 88
Türkisch 42

U

Übersäuerung 63
Unterrichtsfreie Tage 7

V

VBA 115
Veranstaltungen organisieren 135
Verhandlungstechniken 45
Verkauf 121
vhs consult 97
Videobearbeitung 112
Vietnamesisch 42
Vorstellungsgespräch 138
Vortragstechniken 45

W

Webseiten 113 f.
Wein und Kultur 75 f.
Weiterbildung IHK-Abschluss 93
Wellness und Gesundheit 138
Wendo für Frauen 67
Werkstattkurse 57
Whiteboard, interaktives 96, 107
Wiedereinstieg in den Beruf 130, 138 f.
Wirbelsäule 64 ff.
Wirtschaftsfachwirt/-in IHK
Word 107, 110, 117, 119, 130 ff.
Work-Life-Balance 44

X

Xpert-Kurse (ECP, CCS, MoC) 104

Y

Yoga 71

Z

Zehn-Finger-Schreiben 126
Zeichnen 53 ff., 133
Zertifikate 20, 28, 44, 93, 97, 104, 120
Zilgrei 64 f.
Zumba 65

Impressum

Verlag:
Volkshochschule Braunschweig GmbH
Alte Waage 15, 38100 Braunschweig

Geschäftsführer
Hans-Peter Lorenzen
Gerichtsstand:
Amtsgericht Braunschweig, HRB 5177
Steuer-Nr. 14/203/95421

Fotos
Klaus Wefringhaus
(wenn nicht gekennzeichnet)
sonst: VHS-Archiv, pixelio, privat

Gestaltung und Satz
Anja Fass – www.anja-fass.de

Druck und Anzeigen
Druckzentrum Braunschweig
GmbH & Co. KG
Christian-Pommer-Straße 45
38112 Braunschweig

Die Volkshochschule Braunschweig

Die Volkshochschule Braunschweig GmbH ist eine gemeinnützige und vom Niedersächsischen Ministerium für Wissenschaft und Kultur als förderungsberechtigt anerkannte Einrichtung der Erwachsenenbildung.

Organe der Volkshochschule Braunschweig GmbH
sind die Gesellschafterversammlung, der Aufsichtsrat, der Bildungsbeirat und die Geschäftsführung.

Gesellschafterin
Stadt Braunschweig
Ratsherr Dr. Sebastian Kretschmann

Aufsichtsrat
Stadtrat Ulrich Markurth
Vorsitzender
Ratsherr Thorsten Köster
stellvertretender Vorsitzender
Ratsherr Uwe Jordan

Bildungsbeirat
Walter-Johannes Herrmann
Vorsitzender

Vertretungen

Teilnehmervertretung
Marianne Jondral, Tel. 0531 331715
teilnehmervertretung@vhs-braunschweig.de

Dozentenvertretung
Merle Hübner
dozentenvertretung@vhs-braunschweig.de

vhs Information: 0531 2412-0